මහා-සී

විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය

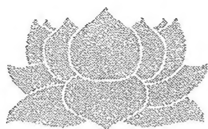
විපස්සනා නයප්පකරණය

2 - 1
(පරිච්ඡේද 5,6)



බුරුමයේ අති පූජ්‍ය මහා-සී සයාඩෝ ස්වාමීන් වහන්සේ

ශ්‍රී ඥානාරාම ස්වාමීන්ද්‍ර අනුස්මරණ ග්‍රන්ථ මාලා -අංක 13



මහා-සී විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය

බුරුම ජාතික

අතිපූජ්‍ය මහා-සී සයාඩෝ

ස්වාමීන් වහන්සේ විසින්

බුරුම බසින් රචනා කරන ලද

විපස්සනා නයප්පකරණය

නම් භාවනා ග්‍රන්ථයේ සිංහල පරිවර්තනය

දෙවන භාගය

පළමුවන කොටස (පරිච්ඡේද අංක 5 සහ 6)

පරිවර්තනය

බුරුම ජාතික පූජ්‍ය යූ. ඤාණින් සෙයාඩෝ මහා ස්ථවිර,

පූජ්‍ය නා උයනේ අරියධම්ම මහා ස්ථවිර සහ

පූජ්‍ය උඩර්රියගම ධම්මජීව ස්වාමීන් වහන්සේ

ප්‍රකාශනය

මීතිරිගල නිස්සරණ වනය සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

සබ්බ දානං ධම්ම දානං ජිනාති.



Lithira

මහා-සී විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය

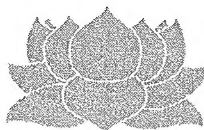
විපස්සනා නයප්පකරණය
නම් භාවනා ග්‍රන්ථයේ සිංහල පරිවර්තනය

ප්‍රථම මුද්‍රණය
ශ්‍රී. බු. ව. 2549 ක්‍රි. ව. 2005

ප්‍රකාශනය
මීතිරිගල නිස්සරණ වනය
සංරක්ෂණ මණ්ඩලය

මුද්‍රණය
ලිතිර
306, ඇඹුල්දෙණිය,
නුගේගොඩ.
දුර: 071 488 78 58

ධර්ම දානය වශයෙන් නොමිළයේ බෙදා හැරීම පිණිසයි.

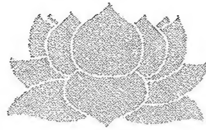


අපවත් වී වදාළ,
ශ්‍රී කල්‍යාණී යෝගාශ්‍රම සංස්ථාවේ ප්‍රධානාචාර්ය,
මීතිරිගල නිස්සරණ වන ආරණ්‍යයේ ප්‍රථම සේනාසනාධිපති,
කර්මස්ථානාචාර්ය, මහෝපාධ්‍යාය, අතිපූජ්‍ය
මාතර ශ්‍රී ඥානාරාමාභිධාන මාහිමිපාණන් වහන්සේට
සහ
ශ්‍රී කල්‍යාණී යෝගාශ්‍රම සංස්ථාවේ
ගරු සමුත්පාදක හා ප්‍රධාන අනුශාසක,
ගල්දූවේ ශ්‍රී ගුණවර්ධන යෝගාශ්‍රම මධ්‍යස්ථානාධිපති,
රාජකීය පණ්ඩිත, අතිපූජ්‍ය
කඩවැද්දුවේ ශ්‍රී ජිනවංශාභිධාන මාහිමිපාණන් වහන්සේට
ප්‍රාප්තිදාන පිණිස

ශ්‍රී කල්‍යාණී යෝගාශ්‍රම සංස්ථාවේ ප්‍රධාන අනුශාසක,
ත්‍රිපිටකාචාර්ය, කම්මට්ඨානාචාර්ය
අතිපූජ්‍ය නා උයනේ අරිය ධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේට

"මහා-සී විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය"
(විපස්සනා නයප්පකරණය)

නම් වූ මෙම ග්‍රන්ථය
සාතිශය ගෞරවයෙන් පිළිගැන්වෙයි.



හැඳින්වීම

ශ්‍රී ලංකාවේ ඈත අතීතයේ වසර දෙදහසකට පමණ ඉහතදී සම්බුද්ධ සසුන බැබලුනේ අනෙකුත් බෞද්ධ රටවලටත් ආදර්ශවත් වෙමිනි. මේ භික්ෂූන් වහන්සේ පමණක් මඟ-පල අධිගම ලබා නැතැයි ඇඟිල්ල දික් කොට කිව නොහැකි තරම් මඟ-පල අධිගම ලාභීන්ගෙන් ශ්‍රී ලංකාව ඉතිරී පැතිරී පැවතී ඇත. පර්යාප්ති, ප්‍රතිපත්ති, ප්‍රතිවේධ ත්‍රිවිධ ශාසනයම බැබලෙමින් පැවති නිසාම ශ්‍රී ලංකාව ධර්ම ද්වීපය නමින් ලෝකයේම ගෞරව සම්මානයට පාත්‍රවී ඇත.

කෝට්ටේ රාජධානි සමයේ ශ්‍රී ලංකාවෙන් බුරුම රටටත්, එරටින් තායිලන්තයටත් බුදු සසුන ගෙනයන ලදී. ඒ දෙරටේම දැනටත් මාර්ගඵල ලාභී ආර්‍යයන් වහන්සේලා වැඩ සිටිති, ගිහි පැවිදි දෙපිරිසේම බෞද්ධයෝ ඉතාමත් ගෞරවයෙන් ප්‍රතිපත්ති පිරීමෙහි අප්‍රමාදීව යෙදී සිටිති.

අර්ධ ශත වර්ෂයක සිට ශ්‍රී ලංකාවේත් ගිහි පැවිදි බොහෝ දෙනා මේ භවයේදීම අධිගම අපේක්ෂාවෙන් භාවනාභිලාෂීව ප්‍රතිපත්ති පිරීමට යොමු වූයේ බුරුම රටින් මෙරටට කර්මස්ථානාචාර්‍යයන් වහන්සේලා වැඩම කරවා විදර්ශනා භාවනා පුහුණු කරවීම ආරම්භ කළ බැවිනි.

සම්බුද්ධ ජයන්තිය නිමිත්තෙන් බුරුම රටේ පැවති ඡට්ඨ සංගායනාවේදී මුල් තැනක් ගෙන කටයුතු කළ අතිපූජ්‍ය අග්ගමහා පණ්ඩිත භදන්ත මහා-සී සෙයාඩෝ මාහිමියන් වහන්සේ විසින් ආරම්භ කොට

පවත්වාගෙන එන විදර්ශනා භාවනා පුහුණු කරවන මධ්‍යස්ථාන දහසකට ආසන්නය. එරටේම බාල - තරුණ - මහළු ගිහි පැවිදි කෝටි සංඛ්‍යාත ජනතාවක් දැනට භාවනා පුහුණු වෙමින් දහම් රස විඳගන්නා බව අසන්නට ලැබීමත් වාසනාවකි.

පූජනීය මහා-සී සෙයාඩෝ මාහිමියන්ගේ කර්මස්ථාන ආචාර්යයන් වහන්සේ පූජනීය ජේතවන සෙයාඩෝ වෙති. එතුමන් වහන්සේගේ ආචාර්‍යයන් වහන්සේ බේමින්ද සෙයාඩෝය. එතුමන් වහන්සේගේ ආචාර්යයයන් වහන්සේලා වන පූජනීය තීලුං සෙයාඩෝ සහ කෙන්යෙන් සෙයාඩෝ යන දෙනම අභිඥාලාභී රහතන් වහන්සේලා දෙනමකි. එම ගුරු සිසු පරපුරේ මහා-සී සෙයාඩෝ මාහිමියෝ එම භාවනා මාර්‍ගය මෙසා විශාල ජනතාව අතරට බෙදා දීමෙන් දේශීය විදේශීය රටවල් රාශියකට ශාසන දායාදය ලබා දුන්හ. ඒ මාහිමියන් වහන්සේට අපේ ගෞරවාදර නමස්කාරය වේවා.

යථොක්ථ මාහිමියන් අතින් සම්පාදිත වූ විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය නම් වූ බුරුම බසින් මුද්‍රිත මහා ග්‍රන්ථ රත්නය, මීතිරිගල නිස්සරණ වන සේනාසන වාසී පූජ්‍ය උඩඊරියගම ධම්මජීව ස්ථවිරයන් වහන්සේ විසින්, බුරුම ජාතික පූජ්‍ය උ අගඤ්ඤ සෙයාඩෝ හිමියනගේ ද සහායෙන් සිංහළ බසට නංවා පරිච්ඡේද හතක් වශයෙන් කොටස් කොට මුද්‍රණය කරවා ප්‍රසිද්ධ කිරීම සිංහළ බෞද්ධයනට ඉමහත් ධර්මානුග්‍රහයකි.

ප්‍රථම කොටසෙහි, 1- අවවාද කථා සහ සීලවිශුද්ධිය ද, 2- චිත්ත.. විශුද්ධියත් යන පරිච්ඡේද දෙකකින් යුක්තය, ප්‍රථම ග්‍රන්ථය වශයෙන් එය මුද්‍රිතයි. මේ දෙවන ග්‍රන්ථයෙහි පරිච්ඡේද දෙකක් ඇතුළත් වෙති. 1- ප්‍රඥප්ති - පරමාර්ථ දෙක වෙන්කිරීම - සමථයානිකයාගේ භාවනා මාර්‍ගය විදහා දැක්වීම. 2- මනසිකාර ක්‍රමය තත්ත්වාකාරයෙන් කල්පනා කොට බැලීම හා දැනගැනීමට දේශනා මාර්‍ගයෙන් විස්තර කිරීම ද ඇතුළත් වී ඇත.

ඉතිරි පරිච්ඡේද තුනෙන් පරිච්ඡේද දෙකක් වන 5- විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය සහ 6- ඤාණ පරම්පරාව යන මාතෘකා මෙම ග්‍රන්ථයට ඇතුළත් කොට ඇත. ඉදිරියේදී ඉතිරි පරිච්ඡේදය මුද්‍රණය කරනු ලැබේවා. විපස්සනා යානික යෝගාවචරයන් හට අර්හත්වය දක්වා යා හැකි භාවනා මාර්‍ගය අනුපිළිවෙළින් සිංහළ බසට නැංවීම අතිශයින් ප්‍රයෝජනවත් බැවිනි.

පූජ්‍ය උඩර්රියගම ධම්මජීව ස්ථවිරයන් වහන්සේ නිල්ඹේ භාවනා මධ්‍යස්ථානයේ දී ද, මීතිරිගල නිස්සරණ වන සෙනාසනාධිපති ප්‍රධාන කර්මස්ථානාචාර්‍ය අතිගරු පූජනීය රාජකීය පණ්ඩිත මාතර ශ්‍රී ඤාණාරාමාභිධාන මහෝපාධ්‍යාය මාහිමියන් වහන්සේ වෙතින් ද, බුරුම රට රැන්ගුන් අගනුවර පණ්ඩිතාරාම භාවනා මධ්‍යස්ථානයේදී තෙවසරක් ද විපස්සනා භාවනාවත් බුරුම බසත් ප්‍රගුණ කරගත් බැවින් නිවැරැදිවත් පැහැදිලිවත් ලෙස මෙම විපස්සනා භාවනා මාර්ගය සිංහල බසට නංවාලීම සැම දෙනාගේ චිත්ත ප්‍රසාදයට විශේෂ හේතුවකි.

බුරුම ජාතික පූජ්‍ය ඌ. අග්ගඤ්ඤ ස්ථවිරයන් වහන්සේ ද බුරුම රටේදී මහා -සී විපස්සනා භාවනාවත්, මෝල්මියෙන් ථා-අවුක් චිත්තලපබ්බත භාවනා මධ්‍යස්ථානාධිපති අතිගරු පූජනීය අග්ගමහා කම්මට්ඨානාචරිය සෙයාඩෝ යූ. ආචිණ්ණ මාහිමියන් වහන්සේ වෙත සමථ-විදර්ශනා උභය භාවනා මාර්ගයත් සර්වාකාරයෙන් ප්‍රගුණ කරගෙන එහිම උප ප්‍රධාන කර්මස්ථානාචාර්ය වශයෙන් කටයුතු කරන සම්භාවනීය ස්ථවිරයන් වහන්සේ නමක් බැවින් මෙය බුරුම බසින් සිංහළට පරිවර්තන කිරීම විශේෂයෙන්ම ප්‍රසංසනීය වේ.

සුද්ධ විපස්සනා යානිකයාට ද සමථාභියෝගය පහසුවකි, සමථයානිකයාට ද විපස්සනාව සුවසේම වැඩෙයි, මේ දෙකම ඒකාබද්ධව, එකිනෙකට පිහිටවන බැවිනි. පූජනීය මහා-සී සෙයාඩෝ මාහිමියන් වහන්සේගේ ප්‍රාචාර්‍යවර තීලුං සෙයාඩෝ-කෙන්යෙන් සෙයාඩෝ දෙදෙනා වහන්සේ අභිඥාලාභී රහතන් වහන්සේලා බැවින් එය පැහැදිළි වේ. වර්තමානයේ සුප්‍රසිද්ධ ථා-ඕ සෙයාඩෝ මාහිමියෝ ද පළමුවෙන් මහා - සී විපස්සනාව සපුරා පුහුණු වී, ඉන් අනතුරුව සමථ විපස්සනාව ප්‍රගුණ කොටගෙන ඒ අනුව විශාළ ජනතාවකට සමථ පූර්වාංගම විපස්සනා භාවනා පුහුණු කරවන බැවින් ද සමථ විදර්ශනා භාවනා මාර්ග දෙකම එකට අත්වැල් බැඳගෙන පවත්නා බව ඉතා පැහැදිළිය.

ධම්මපදයේ භික්ඛු වග්ගයෙහි ඒ බව මෙසේ දැක්වේ.

නත්ථි ඣානං අපඤ්ඤස්ස - පඤ්ඤා නත්ථි අඣායතො
යම්හි ඣානඤ්ච පඤ්ඤාච - සවේ නිබ්බාන සන්තිකෙ

පස්වන පරිච්ඡේදය 1980 දී තරම් ඈත දිනයකදී පරිවර්තනය කිරීමට මුල් වූ බුරුම ජාතික අපේ උ. ඤාණින්ද සයාඩෝ ස්වාමීන් වහන්සේ පසුගිය මැයි මස 03 දින බුරුමයේදී අපවත් වී වදාළ සේක. මෙම සටහන ලියන අපවත් බුරුමයට කැඳවාගෙන ගොස් මෙම භාවනා ක්‍රමය පුහුණු වීමට ප්‍රස්ථාව සලසා දෙමින්, බුරුම බස උගන්වමින් කළ එම සේවයට ලක් වැසි සියලු බෞද්ධයන් කෘතවේදී විය යුතු යැයි හඟිමි. මෙම පරිවර්තන, ධර්ම දානමය සියලු කුසල් බෙලෙන් අති පූජනීය ස්වාමීන් වහන්සේට ශාන්ත සුන්දර නිවන් සුව අත්වේවා! යි ප්‍රාර්ථනා කරන්නේ සමහන් සිතිනි.

එසේ ම පස්වන පරිච්ඡේදය පරිවර්තනය කරමින් මෙන්ම මෙම පොතට එය ඇතුළත් කිරීමට නො මසුරුව අනුදැනුම ලබාදුන්, සියලු කටයුතු විෂයෙහි අනුශාසනා කරන අතිපූජනීය නා උයනේ අරියධම්ම ස්වාමීන් වහන්සේටත් චිරාත් කාලයක් උතුම් ශාසනික කටයුතු ප්‍රවර්ධනය කරගෙන යෑමට නිදුක් නිරෝගි සුවයත් සැලසේවා, පතන සම්මා සම්බෝධියෙන් නිවන් සුවයත් අත්කරගැනීමට මෙයත් පාරමී කුසලයක් වේවායි පතමු.

පූජ්‍ය පාතේගම ධම්මසුමන ස්වාමීන් වහන්සේ තම භාවනා කාලය මිඩංගු කොට, මෙහි සොදුපත් බැලීමේදී බොහෝ කටයුතු කළේ හුදු ශාසනික හැඟීමෙනි. මෙම කුසල් බෙලෙන් කරගෙන යන භාවනාව තවත් දියුණු වේවා. නිදුකින් නිරෝගීව කරගෙන යෑමට සියලු ආරක්ෂාව රැකවරණ සැලසේවා යි පතමු.

සෝදුපත් බැලීම, සම්බන්ධීකරන කටයුතු, මුද්‍රණය ප්‍රකාශනය යන සියලු අංගයන්හී නියැලෙමින් බොහෝ ග්‍රන්ථ එළිදැක්වීමෙහි යෙදී සිටින අප නිස්සරණ වන සංරක්ෂණ මණ්ඩලය සභාපති තැන්පත් කමල් ඇඹුල්දෙණිය මහත්මයාට මෙම පොත කියවන කාගේත් ප්‍රශංසාව හිමි විය යුතුය. එසේම එම "ලිතිර" මුද්‍රණාලයේ සියලු කාර්ය මණ්ඩලයටත් ධර්මාරක්ෂාව වැඩි වැඩියෙන් සැලසේවා. නිදුක් නිරෝගීකම තම තමන්ගේ බණ භාවනා කටයුතු කරගැනීමට ලැබේවායි පතමු.

මේ තුන්වන කොටස සඳහා ප්‍රධාන දායකත්වය කලවානේ විශ්‍රාමික විදුහල්පති එස්. ඩී. පී. ලියනරත්න මහත්මයා සහ විශ්‍රාමික ගුරු හේමසීලි අතුකෝරාල මෙනවිය ද සම්බන්ධ විය. මීට වසරකට පෙර මියපරලොව ගිය කේ. බෝධිපාල මහත්මයාගේ වාර්ෂික ගුණ සැමරුම සළකා මෙම

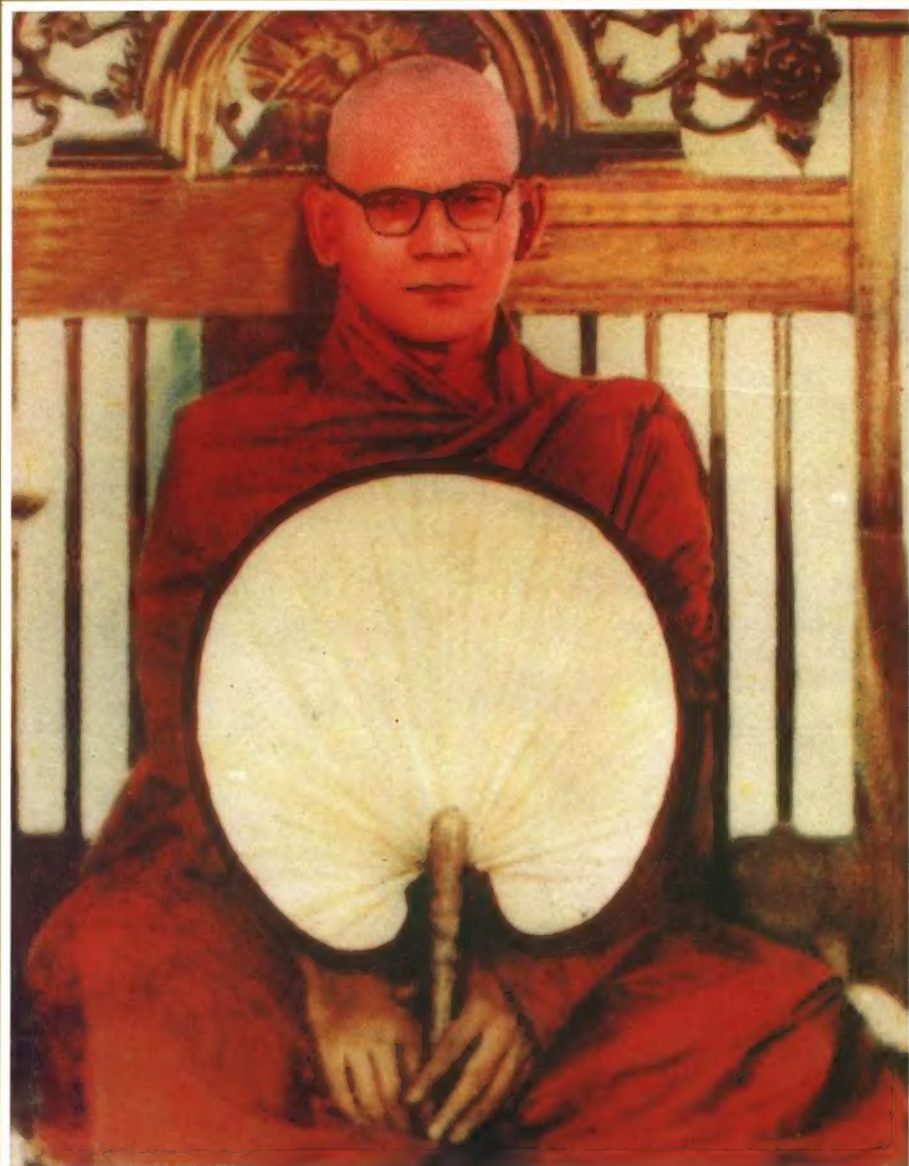
පොත එළිදැක්වීම එම දායිකාවගේ ද දූ දරුවන්ගේ ද අදහසය. ඒ සඳහා කවුරුත් දැක්වූ සහයෝගයක් ලෙස පොත ඉක්මනින් මුද්‍රණය විය. මේ සියළු පිං කේ. බෝධිපාල මහත්මයා දකිත්වා. දැක සතුටු සිතැතිව පිං අනුමෝදන් වෙත්වා. සියලුම ඥාතීන් ද අනුමෝදන් වෙත්වා. දායකත්වය දැරූ සියලුම දෙනා අදහස් කරන පරිදි තම මව්-පිය, ගුරුවර වැඩිහිටි සියලුම දෙනාත් මේ පින අනුමෝදන් වෙත්වා. එමගින් සියලු දෙනාගේ ඥාණාලෝකය වර්ධනය වීමට හේතු වේවා.

මෙතුවාක් නොතිබුණු පහසුවක් ලෙස මෙම පරිවර්තනයේදී විශේෂයෙන් උපකාරී වූ මෙහි පාළි පරිවර්තනය [බුරුම අකුරු (මුද්‍රණය)] සිදු කළ මණ්ඩලේ නුවර පන්-මෝ විහාරාධිපති බුරුම ජාතික අග්ගමහා පණ්ඩිත අති පූජ්‍ය උ. කුමාරාභිවංස සයාඩෝ ස්වාමීන් වහන්සේට ද විශේෂ ගෞරව නමස්කාරය පුද කරමු.

මෙම කටයුතු කරගෙන යෑමේදී නිස්සරණ වන වාසී අප ලොකු ස්වාමීන් වහන්සේ ප්‍රධාන අනෙකුත් සියලු සබ්‍රහමචාරීන් වහන්සේලාගෙන් ලැබුණු සියලු සහයෝග ඇප උපස්ථාන කෘතවේදීව සිහිපත් කරලමු. සියලු දෙනා වහන්සේලා ට මේ ජීවිතේදී ම තම ශ්‍රමණ ධර්ම සම්පූර්ණ කරගැනීමට මෙම ධර්ම දානමය පිංකම හේතු වේවා යි පතමු.

මෙයින් ජනිත කුසල ශක්තියෙන් අප සියලුදෙනා ගේ අභ්‍යන්තර බාහිර යන දෙපාර්ශවයේ ම ශීල ශාසනය, සමාධි ශාසනය සහ ප්‍රඥා ශාසනය වැඩේවා. සමස්ථයක් ලෙස ලක්දිව බුදුසසුන බැබළේවා යි පතන්නේ ශාසනික ගෞරවයෙනි,

මීට මෙතැති
උ. ධම්මජීව භික්ෂුව
නිස්සරණ වනය
මීතිරිගල
2549 ක් වූ නිකිණි මස පුර අමාවකදා





ဗုဒ္ဓသာသနာနုဂ္ဂဟအဖွဲ့ချုပ်
မဟာစည်သာသနာ့ရိပ်သာ
အမှတ်-၁၆၊ သာသနာ့ရိပ်သာလမ်း၊ ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။

ဖုန်း - ၅၄၅၉၁၈
၅၄၁၉၇၁
ဖက်စ် - ၂၈၉၉၆၀
၂၈၉၉၆၁
သံကြိုးလိပ်စာ၊ မဟာစည်

Buddha Sāsana Nuggaha Organization
MAHASI SĀSANA YEIKTHA
16, Sāsana Yeiktha Road, Yangon.(MYANMAR)

Phone. 545918
541971
Fax-No. 289960
289961
Cable MAHĀSI

Email - Mahasi-ygn@mptmail.net.mm

Date [illegible] August, 2002

To Whom it may concern

Mahāsi Meditation Centre Yangon, Myanmar, has no objection to the publication of the late Venerable Mahāsi Sayādaw's book intitled Vipassanā Shuni Kyan (The Method of Vipassanā Meditation) translated by the Venerable Dhammajiva of Sri Lanka to be published in the Sinhalese Version.



(U Tin Wan)
The President
Buddha Sāsana Nuggaha Organization
Mahāsi Sāsana Yeiktha
Yangon Myanmar.

ග්‍රන්ථ සංකේත නිරූපණය

ම. නි.	-	මජ්ඣිම නිකාය	-	බු. ජ.
සං. නි.	-	සංයුත්ත නිකාය	-	"
අං. නි.	-	අංගුත්තර නිකාය	-	"
ඛු. නි.	-	ඛුද්දක නිකාය	-	"
ප. ම.	-	පටිසම්භිදා මග්ග	-	"
පු. ප.	-	පුග්ගල පඤ්ඤත්ති	-	"
දී. අ.	-	දීඝ නිකාය අට්ඨකථා	-	සං. හේ.
ම. අ.	-	මජ්ඣිම නිකාය අට්ඨකථා	-	"
සං. අ.	-	සංයුක්තනිකාය අට්ඨකථා	-	"
ධ. ස. අ.	-	ධම්ම සංගනි අට්ඨකථා	-	"
පු. ප. අ.	-	පුග්ගල පඤ්ඤත්ති අට්ඨකථා	-	"
ධ. අ.	-	ධම්මපද අට්ඨකථා	-	"
වි. ම.	-	විසුද්ධි මග්ග	-	"
දී. ටී.	-	දීඝනිකාය ටීකා	-	"
මහා. ටී. (සි)	-	මහා ටීකා සිංහල අකුරු	-	සි. අ.
ම. ටී. (බු)	-	මජ්ඣිම නිකාය ටීකා බුරුම	-	බු. අ.
මහා. ටී. (බු)	-	මහා ටීකා බුරුම අකුරු	-	"
මූල. ටී. (බු)	-	මූල ටීකා බුරුම අකුරු	-	"
අනු. ටී. (බු)	-	අනු ටීකා බුරුම අකුරු	-	"

බු. ජ.	-	බුද්ධ ජයන්ති මුද්‍රණය
සං. හේ.	-	සයිමන් හේවාවිතාරණ මුද්‍රණය
සි. අ.	-	සිංහල අකුරු
බු. අ.	-	ඡට්ඨ සංගීති බුරුම අකුරු මුද්‍රණය

මූලාශ්‍ර දැක්වීමට මෙම ග්‍රන්ථයෙහි යොදා ඇති කෙටි ක්‍රමය මෙසේය:
[*ග්‍රන්ථ සංකේතය / ග්‍රන්ථ කාණ්ඩය / පිටු අංකය*]

උදා: [සං. නි. 4/32] යනුවෙන් දැක්වෙන්නේ, සංයුක්ත නිකායෙහි 4 වන කාණ්ඩයෙහි 32 වන පිටුවය.

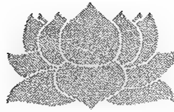
අදාළ ග්‍රන්ථය කාණ්ඩවලට බෙදා නැත්නම්, [*ග්‍රන්ථ සංකේතය/පිටු අංකය*] වශයෙන් දැක්වෙනු ඇත.

උදා: [වි. ම. 331] = [විසුද්ධි මග්ග : 331 පිට]

පටුන

පරිච්ඡේද අංක 5

පරිච්ඡේද අංක 6



මහා-සී විපස්සනා භාවනා ක්‍රමය

දෙවන භාගය

පළමුවන කොටස

පරිච්ඡේද අංක 5

නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස!!!

විපස්සනා භාවනාව පිළිබඳ මෙනෙහි කිරීමේ පිළිවෙල හා විදර්ශනා ඥානයෙන් දක්නා ආකාරයන් ද මේ කාණ්ඩයෙහි පිළිවෙත් ක්‍රමයෙන් පැහැදිලි කර දක්වන්නෙමි. අල්පශ්‍රැතයන්ටත් පහසුවෙන් තේරුම් ගැනීමට හැකිවන පරිදි දේශීය භාෂාවට අනුරූප වචන බොහෝ සේ ඇතුළත් කරමි. සාධක පාලි හා යුක්තීන් ද ස්වල්ප වශයෙන් දක්වන්නෙමි.

විදර්ශනාවේ පරිකර්ම

මේ භවයේදී ම මාර්ග-ඵල-නිර්වාණයට පැමිණීමට ඉතා බලවත් සේ යෝග භාවනා වඩනු කැමති පුද්ගලයා විසින් භාවනා කරන කාලයේදී සියලු පළිබෝධ සිඳිය යුතුයි. ප්‍රථම පරිච්ඡේදයෙහි ලා දක්වූ පරිදි ශීලය පිරිසිදු කරගත යුතුය. "මේ ශීලය මාර්ග ඥානයට උපකාර වේවායි" සිත පිරිනැමිය යුතුය. අධිෂ්ඨාන කර ගත යුතුය. භාවනා දියුණු කළ පුද්ගලයන්ට නින්දා අපහාස කිරීමෙන් වන ආර්යයෝපවාද කර්මය ගැන සැකයක් ඇත්නම්, ඒ වැඩිහිටියෙක් නම් වැඳිය යුතුය. යාඥා කළ යුතුය. ඒ පුද්ගලයා වෙත යා නො හැකි නම් ආචාර්යයන් වහන්සේ සමීපයෙහි වැඳ යාඥා කළ යුතුය. තමන්ගේ ජීවිතය "බුදුරජාණන් වහන්සේට පූජා කරන්නේ නම් භාවනා කිරීමේදී භයානක අරමුණු පැමිණි විට බියපත් නොවී සිටිය හැකි යැයි"ද "ආචාර්යයන් වහන්සේට ජීවිතය පූජා කරන්නේ නම්

ආචාර්යයන් වහන්සේගෙන් අවශ්‍ය අවවාද අනුශාසනා සියල්ල ලැබෙන්නේ යැයි"ද අටුවාවේ කියා ඇත්තේය. එබැවින් භාවනා කිරීමට පළමුව තම ජීවිතය බුදුපියාණන් වහන්සේ ට පූජා කිරීම හා අවශ්‍ය උපදෙස් ලැබීම පිණිස ආචාර්‍යයන් වහන්සේ ට පූජා කිරීමත් යහපත්ය. එසේ පූජා නො කළේ නමුත් ආචාර්‍යයන් වහන්සේගේ වචනය ඉතා ගෞරවයෙන් මුදුනෙන් පිළිගෙන නො පසුබට වීර්‍යයෙන් යුතුව භාවනා වඩන්නේ නම් ලැබීමට බලාපොරොත්තුවන විශේෂ ඥාණ ධර්මයන් පිළිබඳ අධිගමයට බාධාවක් නො වන්නේය.

"නාම - රූප ස්කන්ධ සංඛ්‍යාත දුක්ඛය සංසිඳුවන්නා වූ නිර්වාණය යහපත් ය. උතුම් ය. ඒ නිවන ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වශයෙන් දකින්නා වූ ද, කෙළෙසුන් සිඳින්නා වු ද, මාර්ග ධර්මයන් යහපත් ය. උතුම් ය. ඒ මාර්ග ධර්ම හා නිර්වාණ ධර්ම විශේෂයෙන් මේ විපස්සනා පිළිවෙතින් ඒකාන්තයෙන් ලැබිය හැකි වන්නේ යයි" සිත පිරිනැමිය යුතුයි. "බුදු, පසේ බුදු, මහරහත් ආර්‍යයන් වහන්සේලා වැඩිය මාර්ගය වන විපස්සනා භාවනාව වඩන්නෙමි"යි මෙනෙහි කොට සිත උනන්දු කළ යුතු ය. අනතුරුව බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ගුණකඳ දන්නා පමණින් මෙනෙහි කොට නමස්කාර කළ යුතු ය. ආරාමාධිවාසී දෙවියන් ආදී කොට සියලු සත්ත්වයෝ "සුවපත් වෙත්වා, සුවපත් වෙත්වා"යි! මෛත්‍රී කළ යුතුයි. අසුභ භාවනාව හා මරණානුස්මෘතිය ද හැකි පමණ ස්වල්ප වේලාවක් මෙනෙහි කරන්න. ඉන් පසු බද්ධපර්යංකය බැඳගෙන හෝ වෙන ක්‍රමයකින් හෝ ඉඳ මෙහි පහත දැක්වෙන ක්‍රමයට මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන්න. දෙකකුල නොගෑවෙන සේ පහසු විදියකට හිඳ ගන්නේ නම් ඒත් මැනවි.

මූලික මෙනෙහි කරන ක්‍රමය

තමාගේ උදරය සිතින් හොඳට බලන්න. පිම්බෙන ආකාරය ද, හැකිලෙන ආකාරය ද දැකිය හැකි වන්නේ ය. පිම්බීම, හැකිලීම නොදැනේ නම් උදරයට අත තබා බලන්න. සුළු වේලාවක් එසේ බලා පිම්බීමක්, හැකිලීමක්, හැකිලීමක් පාසා පැහැදිළිව පෙනේ නම් හුස්ම ඉහලට ගැනීමේදී උදරය පිම්බී එන ආකාරය සළකා "පිම්බෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. හුස්ම පහළට හෙළීමේදී උදරය හැකිලෙන ආකාරය සළකා "හැකිලෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. පිම්බෙන විට පිම්බෙන උදරය පැහැදිළි ව දැනගන්න.

හැකිලෙන විට හැකිලෙන උදරය පැහැදිළි ව දැනගන්න. එසේ උදර සටහන පමණක් දැන ගැනීමෙන් ඇති පලක් නැතැයි සැක නො උපදවන්න. මුලින් භාවනා කිරීමේදී මෙම ප්‍රඥප්තිය පැහැදිළි ව දැන දැන මෙනෙහි කරන කල්හි ම සති-සමාධි-ඥාණ පහසුවෙන් මෝරයි. දියුණුවෙයි. නුවණ මෝරණ කාලයේ සියලු ම ප්‍රඥප්ති අරමුණු නැතිවී පරමාර්ථ ස්වභාවයෙහි පමණක් ම පිහිටා මතු ඥාණ ඉතා ප්‍රකට ව පහළ වන්නේ වෙයි. තවද සදොරෙහි පැහැදිළි ව පහළ වන්නාවූ නාම-රූප පිළිවෙලින් දැන ගැනීමට මෙනෙහි කිරීම ම විපස්සනාවේ සම්පූර්ණ වැඩ පිළිවෙළ වේ. එහෙත් භාවනා පටන්ගත් මුල් කාලයේදී සති - සමාධි නො දියුණු බැවින්, දුබල බැවින් උපදනා පිළිවෙළට ම අනුව සිත යොදා බලමින් මෙනෙහි කිරීම අපහසු වේ. මෙනෙහි කළ නො හැකිද වේ. මෙනෙහි කළයුතු දේ සෙවීමට ම බොහෝ කාලය ගතවෙයි. ඒ නිසා නිතරම පවත්නා වූත් මෙනෙහි කිරීමට ඉතා පහසු වූත්, පැහැදිළි ව ඇත්තා වූත්, පිම්බීම-හැකිලීම මුල්කොට මෙනෙහි කිරීම ම මෙහි දක්වන ලදී. නුවණ වැඩෙන විට උපදින පිළිවෙලට අනුව සිත යොදා මෙනෙහි කරන ක්‍රමය පසුව දකින්නට ලැබෙන්නේය.

මෙසේ පිම්බීමත්, හැකිලීමත් ඇතිවීමක් පාසා "පිම්බෙනවා" "හැකිලෙනවා" "පිම්බෙනවා"යි. නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න. සිතින් පමණක් මෙනෙහි කරන්න. වචනයෙන් නො කියන්න. පිම්බීම-හැකිලීම පැහැදිළි වීමට කියා උත්සාහ ගෙන වහ වහා හුස්ම ඉහළ පහළ නො ගන්න. ආශ්වාස-ප්‍රශ්වාසයන් හෙමිහිට හෝ ඉක්මනට හෝ නො කරන්න. එසේ වන්නේ නම් ටික වෙලාවකදී වෙහෙස ඇති වන්නේය. මෙනෙහි කිරීම ද කළ නො හැකි වන්නේය. ඒ නිසා ප්‍රකෘති ස්වභාවයෙන් හුස්ම ගැනීම කෙරෙන්නට හැර ඒ ඒ ආකාරයට ම මෙනෙහි කරන්න.

උදරය පිම්බීමේදී - හැකිලීමේදී ප්‍රකට තදවීම්, තෙරපීම්, චලන ක්‍රියා වායෝ ධාතු - පොට්ඨබ්බ රූප වන බැවින් "පිම්බීම - හැකිලීම" යැයි මෙනෙහි කොට භාවනා කරමින් මෙම තදවීම්, තෙරපීම්, චලන තත්ත්වාකාරයෙන් දැකගැනීම,

රූපං භික්ඛවෙ යොනිසොමනසිකරොථ රූපානිච්චතඤ්ච යථා භූතං සමනුපස්සථ = මහණෙනි රූපය නුවණින් සළකා බලන්න. රූපයේ අනිත්‍යභාවයද ඇති සැටියෙන් දැක ගන්න" [සං. නි. 3/92]

අනිච්චඤ්චෙව භික්ඛවෙ භික්ඛු රූපං අනිච්චන්ති පස්සති. සාස්ස හොති සම්මා දිට්ඨි = මහණෙනි භික්ෂුව අනිත්‍ය වන්නාවූ රූපය ම අනිත්‍ය ලෙස බලයි. එම භික්ෂුවගේ මේ භාවනාකර බැලීම සම්‍යග් දෘෂ්ඨිය වේ. [සං. නි. 3/90]

මේ ආදී කොට ඇති ඛන්ධ සංයුක්ත දේශනා පාලිය හා සමවේ. මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ ඛන්ධ ධම්මානුපස්සනා කොටස ද ඇතුළත් වේ. තවදුරටත්

පොට්ඨබ්බෙ භික්ඛවෙ යොනිසොමනසිකරොථ, පොට්ඨබ්බා-නිච්චතඤ්ච යථාභූතං සමනුපස්සථ = මහණෙනි පහස ගෙන දෙන අරමුණ නුවණින් සළකා බලන්න. පහස ගෙන දෙන අරමුණු වල අනිත්‍ය බවද තත්ත්වාකාරයෙන් භාවනාවෙන් දැකගන්න. [සං. නි. 4/284]

අනිච්චයෙව භික්ඛවෙ භික්ඛු පොට්ඨබ්බෙ අනිච්චාති පස්සති. සාස්ස හොති සම්මාදිට්ඨි = මහණෙනි භික්ෂුව අනිත්‍යවූ ම පහස ගෙනදෙන අරමුණ අනිත්‍ය යැයි දකියි. එම දැකීම සම්‍යග් දෘෂ්ඨියයි.[සං. නි. 4/282]

පොට්ඨබ්බ අභිජානං පරිජානං විරජයං විජහං භබ්බො දුක්ඛක්ඛයාය පහස දෙන අරමුණට මූහුණ දී බලන්නේ නම්, පිරිසිඳ දන්නේ නම්, දුරු කරන්නේ නම් දුක ක්‍ෂය කිරීමට, දුක ක්‍ෂය කිරීම නම් වන අර්හත් ඵල නිර්වාණය සාක්‍ෂාත් කිරීමට සමත්වේ. [සං. නි. 4/190]

පොට්ඨබ්බෙ අනිච්චතො ජානතො පස්සතො අවිජ්ජා පහීයති විජ්ජා උප්පජ්ජති = හැපීම ගෙනදෙන අරමුණ අනිත්‍යයැයි දන්නහුට දක්නහුට අවිද්‍යාව ප්‍රහීණ වේ. විද්‍යාව උපදී. [සං. නි. 4/68]

යනාදී වූ සංයුත්ත නිකාය සළායතන වග්ග පාලිය සමගද ගැළපේ. සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ එන ආයතන ධම්මානුපස්සනාවටද ඇතුළත් වේ. තවදුරටත්,

"**යා චෙව ඛො පන අජ්ඣත්තිකා** වායො ධාතු, **යාච** බාහිර වායො ධාතු වායොධාතුරෙවෙසා **නෙතං මම නෙසො හමස්මිං නමෙසො අත්තාති** එව මෙතං යථා භූතං සම්මප්පඤ්ඤාය දට්ඨබ්බං = යම් ඒ අධ්‍යාත්මික වායෝ ධාතුවක් වේද, යම් බාහිර වායෝ ධාතුවක්වේද ඒ සියල්ල හුදු වායෝ ධාතු ම වෙත්. එම වායො ධාතු මෙය මම නොවෙමි, මෙය මගේ

නොවේ. මෙය වනාහි මගේ ආත්මයද නොවේ යැයි යථාභූත ඤාණයෙන් සම්‍යග් ප්‍රඥාවෙන් දැකිය යුතු [ම. නි. 2/144], [ම. නි. 3/502]

යනාදී වූ ධාතු දේශනා පාලිය සමග ද පෑහේ. මහා සතිපට්ඨාන සූත්‍රයේ එන ධාතු මනසිකාර කායානුපස්සනාවට ද ඇතුළත් වේ. තවදුරටත් උදරයේ පිම්බෙන-හැකිලෙන වායො ධාතු රූපය රූප උපාදානස්කන්ද දුක්ඛ සත්‍ය ධර්මය වන බැවින් **"කතමඤ්ච භික්ඛවෙ දුක්ඛං අරිය සච්චං"** මහණෙනි: දුකඛ ආර්ය සත්‍යය යනු කුමක්ද: යන්නට පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයෝ මැ යි යන පිළිතුර දිය යුත්තේ ය. [සං. නි. 5-2/276]

"දුක්ඛං භික්ඛවෙ අරියසච්චං පරිඤ්ඤෙය්‍යං = මහණෙනි දුකඛ ආර්යය සත්‍යය හාත්පසින් පිරිසිඳ දත යුතු ය. [සං. නි. 5-2/292]

යනාදී වූ සත්‍යය දේශනා පාලිය සමග ද ගැළපේ. මහා සතිපට්ඨාන දේශනාවෙහි එන ධම්මානුපස්සනාවට ද ඇතුළත් වේ. මෙපමණකින් පිම්බීම - හැකිලීම යැයි මෙනෙහි කරමින් භාවනා කොට තදවීම් තෙරපීම් චලන දක්වන්නා වූ වායෝ ධාතුව තත්ත්වාකාරයෙන් දැන ගැනීම බුද්ධ දේශිත පාලියට ගැළපී, බුද්ධානුශාසනාව අනුව යන්නක් බවට මනාව ඔප්පු වේ. එම නිසා හතරවන පරිච්ඡෙදයෙහි ආනාපානය භාවනා කිරීම දක්වන තැන" **යථා යථාවා පනසස කායො පණිහිතො හොති තථා තථා නං පජානාති"** යන පාලි යෙහි ද ලා මෙය ගැනෙන බව ද දක්වන්නට යෙදුනි.

"පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා"යි. දිගටම මෙනෙහි කිරීමේදී ඒ අතරතුර සිතේ කල්පනාවෝ පහළ වෙති. ඒ කල්පනාවන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට ම මෙනෙහි කරන්න.

මෙනෙහි කරන ක්‍රමය

කල්පනා වේ නම් "කල්පනා වෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. විතර්ක පහළ වේ නම් "විතර්ක පහළ වෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. සිතෙනවා නම් "සිතෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. විමසා බලනවා නම් "විමසා බලනවා"යි ද ආවර්ජනා කරනවා නම් "ආවර්ජනා කරනවා"යි ද, සිත යනවා නම් "සිත යනවා"යි ද ඒ ඒ දෙයට සිත ගියා නම් එසේ "සිත ගියා"යැයි ද කල්පනා කිරීමේදී යමෙක් දකීනම් "දකිනවා" යැයි ද සිතට

යම් කෙනෙක් පහළ වී පෙනේ නම් "පෙනෙනවා"යැයි ද, ඒ පෙනීම නැතිවන තුරු නැවත නැවතත් මෙනෙහි කරන්න. කථා කරනවා ඇසේ නම් "ඇසෙනවා"යැයි මෙනෙහි කරන්න. මෙසේ ඒ අවසන් කොට " පිම්බෙනවා හැකිලෙනවා"යැයි පුරුදු අරමුණ ම නිතර මෙනෙහි කරන්න.

මෙසේ මෙනෙහි කිරීමේදී කෙළ ගිලිනු සිත් වේ නම් "කෙළ ගිලීමට ඕනෑ" යැයි ද, කෙළ ගසනු සිතේ නම් "කෙළ ගැසීමට සිතේ" යැයි ද ගසන්නේ නම් "කෙළ ගසනවා"යැයි ද මෙනෙහි කරන්න. කෙළ ගසා ඉවර නම් "පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා"යි පුරුදු ක්‍රමය මෙනෙහි කරන්න.

හිස නමනු කැමති නම් "හිස නමනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. නැමීමේදී නැමීමක් පාසා "නමනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. ඉක්මන් වන්න එපා, හෙමිහිට නවන්න. කෙළින් කරනු කැමති නම් "කෙළින් කරනවා"යි ද මෙනෙහි කරන්න. කෙළින් කිරීමේදී කෙළින් වන ආකාරයට "කෙළින් වෙනවායි"ද මෙනෙහි කරන්න. හෙමිහිට කෙළින් කරන්න. එය අවසන් වූ විට "පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා" යි පුරුදු අරමුණ ම නැවත මෙනෙහි කරන්න. යම් කිසි තැනකින් දැඩි වෙහෙස දැනේ නම්, ඒ වෙහෙසට සිත තදින් යොදා "වෙහෙසයි" කියා ඉක්මන් නොවී, පමා නොවී වෙන් වෙන් කොට නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

ඒ වෙහෙස ආකාරය මෙනෙහි කිරීමේදී ම ටිකෙන් ටික අඩුවී අතුරුදහන් වන්නේය. ඉවසිය නො හැකි තරමට බලවත් වී එන්නට ද පිළිවන. ඉවසිය නො හැකිව ඉරියවු වෙනස් කිරීමට ඕනෑ නම් "වෙනස් කරන්න සිතෙනවා"යි ඒ සිත මෙනෙහි කොට, ඉරියවු වෙනස් කිරීමේදී ශරීර ක්‍රියාද භාවිතා කරන වචන වලින් නැවත නැවත මෙනෙහි කරන්න.

මෙනෙහි කරන ක්‍රමය

අතපය ඔසවන්නට ඕනෑ නම්"ඔසවන්න ඕනෑ"යි මෙනෙහි කරන්න. එසවීමේදී එසවීමක් පාසා "ඔසවනවා" "ඔසවනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. අතපය දිග හරින්නේ නම් "දිග හරිනවා"යි ද නවන්නේ නම් "නමනවා. නමනවා"යි ද පහත් කරන්නේ නම් "පහත් කරනව- පහත් කරනවා"යි ද ඉක්මන් නොවී මෙනෙහි කරන්න. හෙමිහිට ඉරියවු වෙනස් කරන්න. යම්

තැනක් හැපේනම් "හැපෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. මෙසේ ඉරියවුව මාරුකොට අවසන් වූ විට හෝ මෙනෙහි කිරීමේදී වෙහෙස නැතිවූ විට "පිම්බෙනවා - හැකිලෙනවා"යි පුරුදු අරමුණ ම නැවතත් නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

යම්කිසි තැනකින් උෂ්ණයක් පහළ වන්නේ නම් ඊට තදින් සිත යොදා "උෂ්ණයි- උෂ්ණයි" කියා ඉක්මන් ද නොවී ප්‍රමාද නොවී ද වෙන් වෙන් කොට නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න. එසේ මෙනෙහි කිරීමේදී උෂ්ණය නැතිව ගියොත් "පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා"යි පුරුදු අරමුණ ම නැවතත් නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න. උෂ්ණය වැඩිවී ඉරියව් වෙනස් කිරීමට සිතේ නම් "වෙනස් කරන්න සිතෙනවා"යි මෙනෙහි කොට ඉරියව් මාරුකිරීමේදී කය ක්‍රියා කරන ආකාරය ද එනම් "ඔසවන්ට ඕනෑ" "ඔසවනවා- ඔසවනවා" ආදී වශයෙන් පෙර කී නය ක්‍රමයට ම අත නොහැර මෙනෙහි කරන්න. හෙම්හිට ඉරියවු මාරු කරන්න. අනතුරුව "පිම්බෙනවා - හැකිලෙනවා"යි නැවතත් පුරුදු අරමුණ ම නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරන්න. නො නවතින්න.

යම්කිසි තැනක කැසීමක් පහළ වේ නම්, ඒ කසන තැනට ම සිත යොමු කොට "කසනවා-කසනවා" යි ඉක්මන් නොවී පමා නොවී වෙන් -වෙන් වශයෙන් නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න. මෙනෙහි කිරීමෙන් කැසීම දුරුව ගියේ නම් පිම්බීම-හැකිලීම ම නැවතත් මෙනෙහි කරන්න.

ඉවසිය නොහැකි තරම් කැසීමක් ඇතිවූ කල්හි අතගාන්න ඕනෑ නම් "අතගාන්ට සිතෙනවා" කියා හෝ "කසන්ට සිතෙනවා" කියා හෝ මෙනෙහි කරන්න. අත ඔසවන්ට උවමනා නම් "ඔසවන්නට ඕනෑ" යැයිද ඔසවන්නේ නම් "ඔසවනවා- ඔසවනවා"යි ද මෙනෙහි කරන්න. හෙම්හිට ඔසවන්න. කසන තැන අත හැපෙන විට "හැපෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. කැසීම පිණිස අතින් පිරිමදින ආකාරය සළකා "අත ගානවා - අත ගානවා" කියා හෝ "කසනවා- කසනවා" කියා හෝ මෙනෙහි කරන්න. නතර කිරීමට සිතේ නම් "නතර කිරීමට ඕනෑ" යැයි මෙනෙහි කරන්න. නැවත අත පහත් කිරීමට සිතේ නම් "පහත් කරන්නට සිතෙනවා"යි ද පහත් කරන විට "පහත් කරනවා-පහත් කරනවා"යි ද පහත් කරන විට "හැපෙනවා-හැපෙනවා"යි ද මෙනෙහි කරන්න. එය අවසන් වූ විට "පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා"යි මූලික අරමුණ ම නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

වේදනාව

ශරීරයෙහි හිරිවැටීම ආදී නො ඉවසිය හැකි එක් එක් වේදනා පහළ වී එන්නේ නම් ඒ වේදනාවට ම තදින් සිත යොමු කොට "රිදෙනවා- රිදෙනවා" "හිරිවැටෙනවා - හිරිවැටෙනවා" "කකියනවා- කකියනවා" "කෙවෙනවා-කෙවෙනවා" "මහන්සියි- මහන්සියි" "කැරකිල්ලයි - කැරකිල්ලයි" ආදී වශයෙන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට ඉක්මන් ද නොවී, ප්‍රමාද ද නොවී, වෙන් වෙන් කොට මෙනෙහි කරන්න. ඒ වේදනාව මෙනෙහි කිරීමේදී නැති වී යන්නේ ද වේ. වැඩි වන්නේ ද වේ. නො පසුබට ව දැඩි වශයෙන් මෙනෙහි කරන්නේ නම් බොහෝ සේ නැති වන්නේ ම වේ. නමුත් මෙනෙහි නො කළ හැකි පමණට ඉවසිය නො හැකි නම් වේදනාව දැඩි වීමේදී ඒ වේදනාව මෙනෙහි නො කරන්න. මෙනෙහි කිරීමට පුරුදු පිම්බීම, හැකිලීම ම විශේෂයෙන් ගරු කළ හැකි කාලයේ ඉතාමත් නො ඉවසිය හැකි වේදනා පහළ වේ. පපුවේ සුලං බෝලයක් හිරවන්නා සේ දැනෙයි. මස් පිඩුවලට පිහියා උල්වලින් අනින්නා සේ දැනෙයි. මුළු සිරුර දැවෙන්නාක් මෙන් දැනෙයි. ඉදිකටු උල්වලින් තැනින් තැන විදින්නාක් මෙන් දැනෙයි. කුඩා සතුන් ශරීරයෙහි ඇවිදින්නාක් මෙන් දැනේ. බලවත් කැසිලි ද, කැක්කුම් ද, ශීතල ගති ද පහළ වෙයි. බිය වී මෙනෙහි නො කර අත්හරි නම් ක්‍ෂණයකින් ම ඒ වේදනාව නැති වෙයි. නැවත මෙනෙහි කරමින් සමාධිය හොඳට දියුණුවීමේදී ඒ වේදනාව නියතයෙන් ම නැවතත් පහළ වන්නේය. මෙසේ වේදනාවන් පහළ වී ඇත් නම් බිය නොවන්න. ඒවා රෝග නොවේ. බර පතල වේදනා ද නොවේ. ශරීරයෙහි ප්‍රකෘතියෙන් ඇත්තා වූ සාමාන්‍ය වේදනා ස්වභාවයෝ ම ය. මෙනෙහි නො කර සිටීමේදී ඒ වේදනාවට වඩා ප්‍රකට බොහෝ අරමුණු ඇති නිසා ඒ වේදනාව පැහැදිළි නො වී නො දැනී අතුරුදහන් වේ. හොඳින් මෙනෙහි කිරීමේදී බලවත් සමාධිය නිසා අතුරුදහන් විය නො හැකි ඒ වේදනාව ධර්ම ස්වභාවයට අනුව පැහැදිළි ව ප්‍රකට වෙයි. ඒ වේදනාවට ම සිත යොමු කොට ඉක්මවා යාමට මෙනෙහි කළ යුතු ය. මෙනෙහි කිරීම නිසා කිසියම් පිරිහීමක් නො වේ. මෙනෙහි නො කොට අතරින් පතර නැවතිල්ලේ මෙනෙහි කිරීමේදී වනාහි එබඳු මෙනෙහි කිරීමක් පාසා එපමණට සමාධිය දියුණු වීමේදී ඒ වේදනාව නැවත නැවතත් පහළ වන්නේ මය. නො පසුබට වීර්‍ය්‍යයෙන් දැඩිකොට මෙනෙහි කරන්නේ නම් නොබෝ වේලාවකින් විසිකරන්නාක් මෙන්, දුරුකරන්නාක් මෙන් ම ඒ

වේදනාව නැතිවී යන ආකාරය දැකගත හැකි වන්නේය. එතැන් පටන් එබඳු වේදනා නැවත නො ඉපදී සංසිඳෙන්නේ ම ය.

ශරීරය පැද්දවීමට අවශ්‍ය නම් "පද්දවන්නට ඕනෑ"යි මෙනෙහි කරන්න. පැද්දවීමේදී, "පැද්දවෙනවා-පැද්දවෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. සමහරෙකුට පුරුදු ක්‍රමයට මෙනෙහි කිරීමේදී ශරීරය ඉබේ ම පැද්දෙයි. බිය නො වන්න. පැද්දවීමට සිතක් ද නූපදවන්න. එය මෙනෙහි කිරීමේදී දුරුවී යන බව අදහාගෙන එය පැද්දෙන ආකාරයට සිත තදින් යොදා පැද්දෙනවා-පැද්දෙනවා"යි ඉක්මන් ද නොවී පමාද නොවී වෙන් වෙන් වශයෙන් මෙනෙහි කරන්න. බලවත් සේ පැද්දේ නම් කණුවකට හෝ බිත්ති ආදියකට හේත්තු වී හෝ හාන්සි වී හෝ මෙනෙහි කරන්න. නොබෝ වේලාවකින් ඒ පැද්දෙන ගතිය සම්පූර්ණයෙන් දුරුවී යන්නේය. වෙව්ලීමක් පැමිණි කල්හි මේ පැද්දවීමට කී ක්‍රමයට ම හොඳින් මෙනෙහි කරන්න. මෙනෙහි කිරීමේදී වරින් වර ලොමු දැහැ ගැන්වීම් ඇති වෙයි. පිටේ හෝ මුළු සිරුරේ ම හෝ ශීතල ගති පහළ වේ. බිය නොවන්න. ධර්ම ස්වභාවයට අනුව ප්‍රීතිය පහළ වන බව දැන ගන්න. යම්කිසි කුඩා ශබ්දයක් අසන්ට ලැබෙන බැවින් තිගැස්සීම ද ඇති වේ. බිය නො වන්න. සමාධිය දියුණුවීම නිසා ස්පර්ශයේ ස්වභාව ආකාරය පැහැදිළි ව වැටහේයයි දැන ගන්න. අත් පා ශරීරයේ අවයව වෙනස් කිරීමට ඕනෑ නම් "මාරුකරන්න සිතෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. වෙනස් කරන කායික ක්‍රියා සියල්ල ද භාවිතා කරන ක්‍රමයට වෙන් වෙන් වශයෙන් ඉක්මන් නොවී මෙනෙහි කරන්න. හෙමිහිට මාරු කරන්න.

වතුර බීමට අවශ්‍ය නම් "වතුර බොන්ට ඕනෑ" යයි මෙනෙහි කරන්න. නැගිටින්න අවශ්‍ය නම් "නැගිටින්න ඕනෑ" යයි මෙනෙහි කරන්න. නැගිටීම සඳහා ක්‍රියා කරන්නා වූ අත් පා ශරීරාවයන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට මෙනෙහි කරන්න. ටිකෙන් ටික නැගිටුවන ශරීරාවයවයන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට මෙනෙහි කරන්න. ටිකෙන් ටික නැගිටුවන ශරීරයට සිත තදින් යොමු කොට "නැගිටිනවා-නැගිටිනවා"යි මෙනෙහි කරමින් හෙමිහිට නැගිටින්න. නැගී සිටීමේදී "සිටිනවා - සිටිනවා"යි ද බලන්නේ නම් " බලනවා, පේනවා"යි ද, යන්නට උවමනා නම් "යන්නට ඕනෑ" යයිද මෙනෙහි කරන්න. පය එසවූ තැන් සිට තබන තුරු යැවීමේදී සිහියෙන් යන්න. හෙමිහිට යනවිට හා සක්මන් කිරීමේදී ද එක එක පියවරක් පාසා

"ඔසවනවා-යවනවා" කියා හෝ "යවනවා-තබනවා" කියා හෝ යුගල යුගල කොට මෙනෙහි කරමින් යන්න. ඒ යුගල වශයෙන් මෙනෙහි කිරීම හොඳට පුරුදු වූ කල්හි එක එක පියවරක් පාසා "ඔසවනවා-යවනවා තබනවා" කියා තුනක් කොට මෙනෙහි කරන්න.

පැන් බඳුන් ආදිය බැලීමේදී "බලනවා-පේනවා" යයි මෙනෙහි කරන්න. සිටින්නේ නම් "සිටිනවා" යි මෙනෙහි කරන්න. පැන් කෝප්පයට අත යවනවා නම් "යවනවා-යවනවා" යි ද කෝප්පය හා හැපීමේදී "හැපෙනවා" යි ද ඇල්ලීමේදී "අල්ලනවා"යි ද භාජනය ඇලකොට ගැනීමේදී "ඇලකරනවා" යිද ගැනීමේදී "ගන්නවා-ගන්නවා"යි ද තොලෙහි හැපීමේදී "හැපෙනවා"යි ද මෙනෙහි කරන්න. ශීතල නම් "ශීතලයි" කියා මෙනෙහි කරන්න. බීමේදී "බොනවා- ගිලෙනවා" "බොනවා-ගිලිනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. උගුර හා උදරය ශීතල වන ආකාරය "ශීතලයි-ශීතලයි"කියා මෙනෙහි කරන්න. කෝප්පය ආපසු තැබීමේදී "තබනවා-තබනවා" යි ද අත පහලට හෙලන්නේ නම් "පහත්කරනවා-පහත්කරනවා"යි ද ඇගේ හැපීමේදී "හැපෙනවා-හැපෙනවා" යි ද මෙනෙහි කරන්න. නැවත හාන්සි වීමට උවමනා නම් "හාන්සිවෙන්නට ඕනෑ" යැයි ද හාන්සි වීමේදී "හාන්සි වෙනවා" යි ද මෙනෙහි කරන්න.

යාමේදී මෙනෙහි කළ යුතු ක්‍රමයට ම මෙනෙහි කරමින් යන්න. සිටීමට ඕනෑ නම් "සිටීමට ඕනෑ" යයි ද සිටීමේදී "සිටිනවා-සිටිනවා"යි ද මෙනෙහි කරන්න. බොහෝ වේලාවක් සිටින්නේ නම් "පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා, සිටිනවා" යි මෙනෙහි කරන්න. හිඳ ගැනීමට සිතේ නම් "හිඳින්නට සිතෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. හිඳින තැනට යාමේදී මෙනෙහි කරමින් ම යන්න. පැමිණි විට "පැමිණියා" යි මෙනෙහි කරන්න හැරීමේදී "හැරෙනවා-හැරෙනවා"යි ද හිඳ ගැනීමට සිතේ නම් "හිඳගන්නට සිතෙනවා" යි ද මෙනෙහි කරන්න. හිඳ ගැනීමේදී හෙම්හිට සකස් කරන්නා වූ ශරීරයට තදින් සිත යොමු කොට "හිඳගන්නවා-හිඳගන්නවා"යි මෙනෙහි කරමින් ම හෙම්හිට හිඳගන්න. හිඳගන්නා විට අත් පා වෙනස් වන ආකාරයන් ව්‍යවහාර කරන ක්‍රමයට මෙනෙහි කරන්න. විශේෂ මෙනෙහි කිරීමක් නැති නම් "පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා" යි පුරුදු අරමුණ ම නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

හාන්සි වීමට නිදාගැනීමට සිතේ නම් "හාන්සි වීමට සිතෙනවා" යි හෝ "නිදන්ට සිතෙනවා" යි කියා හෝ මෙනෙහි කරන්න. හාන්සිවීමට සූදානම් වීමේදී අත් පා ශරීර අවයවයන් "ඔසවනවා, දිගහරිනවා, බර කරනවා" යන ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කරන්න. හාන්සිවන, නිදන කාලයේදී ටිකෙන් ටික ඇලවෙන්නා වූ ශරීරයට සිත තදින් යොමු කොට "හාන්සි වෙනවා-හාන්සි වෙනවා" කියා හෝ "නිදනවා-නිදනවා" කියා හෝ මෙනෙහි කරන්න. කොට්ටයෙහි හා නිදන ආසනයෙහි හැපීම "හැපෙනවා-හැපෙනවා" යි මෙනෙහි කරන්න. හාන්සි වීමේදී අත් පා ශරීරාවයව ක්‍රමයෙන් වෙනස්වන ආකාරයද මෙනෙහි කරමින් හෙමිහිට වෙනස් කරන්න. මෙනෙහි කළයුතු විශේෂයක් නැති කල්හි පිම්බීම, හැකිලීමට ම සිත යොදා "පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා" යි නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්න.

මෙසේ මෙනෙහි කිරීමේදී වෙහෙස, උණුසුම, රිදුම, කැසීම ආදී වේදනා විශේෂයන් පැමිණේ නම් ඒ වේදනාවලට සිත යොමු කොට හිඳ ගැනීමට කී ක්‍රමයට ම මෙනෙහි කරන්න. කෙළ ගිලීම, කෙළ ගැසීම, කල්පනාවීම මෙනෙහි කිරීම ද ඒ ඒ ක්‍රමයට ම මෙනෙහි කරන්න. වම් ඇළයට, දකුණු ඇළයට හැරීමේදී අත පය නැමීම දිගු කිරීම ආදියෙහිදී ද පහළ වන ඒ ඒ සිත් මෙනෙහි කොට සකස් කිරීම ද නො පිරිහෙලා මෙනෙහි කරන්න. මෙනෙහි කිරීමට විශේෂයක් නැති කාලයෙහි "පිම්බීම - හැකිලීම" යන පුරුදු අරමුණ ම නිතර මෙනෙහි කරන්න.

නිදා ගැනීමට සිතෙයි නම් "නිදන්න හිතෙනවා" යි මෙනෙහි කරන්න. ඇස් පිය වේ නම් "ඇස් පියවේ-ඇස් පියවේ" යයි මෙනෙහි කරන්න. භාවනා දියුණුවන කල්හී එසේ මෙනෙහි කරයි නම් නිදිමත නැතිවී නැවත ප්‍රබෝධ වේ. එකල්හි "ප්‍රබෝධයි - ප්‍රබෝධයි" කියා මෙනෙහි කොට අවසන් වී පිම්බීම හැකිලීම යන මූලික අරමුණ ම නැවත මෙනෙහි කරන්න. නිදන සිත නැති වුවත් මෙනෙහි නො කර නො නිදනු. නො නිදා දිගටම මෙනෙහි කරන්නෙමි" යි සිත උපදවා පිම්බීම, හැකිලීම ආදී පුරුදු නිරතුරුව මෙනෙහි කරමින් සිටිය යුතුයි. ශරීරයට වෙහෙස නම් මෙසේ මෙනෙහි කිරීමේදී ම ටිකෙන් ටික ඇස් පියවී නින්ද යන්නේය.

නින්ද යාම යනු භවංග සිත් පමණක් ම බොහෝ වේලාවක් පහළ වීමය. භවංග සිත් යනු ද භවයේ මුලදීම උපන් සිතට හා අන්තිමට පහළ වන්නා වූ චුති සිතටත් සමාන සිත් ය. ඒ නිසා ඉතා ම සියුම් වේ. කුමක්

අරමුණු කොට පවතී දැයි නො දත හැකි ය. අවදිව සිටින විට පෙනෙන්නා වූ සිත හා සිතන්නා වූ සිතට ද ආසන්න වූ සිත හා සිතන්නා වූ සිත යනාදී සිත් වලට ද අතරතුර ඒ භවංග සිත් උපදිත්. එහෙත් බොහෝ වේලාවක් නූපදින බැවින් ඒ භවංග සිත පැහැදිළි ව දත නො හැකි ය. නින්ද ගිය කල වනාහි බොහෝ කාලයක් පහළ වන බැවින් පැහැදිළි ව සිතා ගත හැකි ය. එහෙත් කුමක් අරමුණු කරයිද? කෙසේ පහළ වේද? කියා නො දත හැකි ය. ඒ නිසා නින්ද ගිය කල්හි මෙනෙහි කිරීමට නො ලැබේ. මෙනෙහි කිරීමට හැකිකමක් ද නැත.

අවදිවන විට වනාහි ඒ අවදිවන සිත අවදි වූ බව සිහි කරන්න. නමුත් පටන් ගන්නා විට පළමුකොට අවදිවෙන සිත මෙනෙහි කිරීම අපහසු ය. එසේ වුවත් අවදිවන විට ම සිහි කිරීමට අපහසු නම් සිහිය ලද කාලයේ පටන් උපදින උපදින අරමුණක් පාසා නිතර සිහි කරන්න. ඉදින් කල්පනා කරන්නේ නම් එසේ කල්පනා කරන බව මෙනෙහි කොට පිම්බෙන, හැකිලෙන ස්වභාවය නැවත, නැවත මෙනෙහි කරන්න. ශබ්දයකින් අවදිවෙනවා නම්, ශබ්දයක් ඇසුන බව මෙනෙහි කොට හැකිලෙන පිම්බෙන ස්වභාවය නැවත නැවත මෙනෙහි කරන්න. ඉදින් යම්කිසිවක් ප්‍රකට ව නැත්නම් නිරන්තරයෙන් හැකිලෙන, පිම්බෙන ස්වභාවය මෙනෙහි කරන්න. අවදිවීම හා අතපය දිගහැරීම ආදී ශරීරයේ සෑම ක්‍රියාවක් පාසා ම මෙනෙහි කොට හෙමින්, හෙමින් ඉරියවු වෙනස් කරන්න. "වෙලාව කීයදැයි" ආදී වශයෙන් කල්පනා කරනවා නම් ඒ බව "කල්පනා කරනවා" යි මෙනෙහි කරන්න.

ඉදින් නැඟිටීමට උවමනා වේ නම් "නැඟිටිනවා" යි මෙනෙහි කරන්න. නැඟිටින විට ශරීරයේහි අවයව ගැන නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න. නැඟිටීම සංඛ්‍යාත වූ ශරීරය හා අවයවයන් "නැඟිටිනවා" යැයි මෙනෙහි කරන්න. වාඩිවන විට "වාඩිවෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. ඉන්පසු පිම්බීම හැකිලීම එක දිගට පුරුදු ලෙස මෙනෙහි කරන්න.

මුහුණ සෝදන කාලයෙහි හා නාන කාලයෙහි බැලීම ද දැකීම ද අත් දිග හැරීම ද, වතුර ගැනීම ද වතුර උඩට ඔසවා ගැනීම ද මුහුණ සේදීම හා නෑම කරන විට ශීතල ගතිය ද, ඇඟ ඉලීම් ආදිය ද නිරන්තරයෙන් පිළිවෙලින් මෙනෙහි කරන්න.

ඇඳුම්, පැලඳුම්, ඇඳීම, ආසන සකස් කිරීම, දොරවල් ඇරීම සහ වැසීම යම් කිසිවක් ගැනීම, ගෙන ඒම ආදිය ද නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න.

ආහාර ගන්නා කාලයෙහි "බලනවා, දකිනවා" යැයි මෙනෙහි කරන්න. බත් පිඩ ගන්නා විට එය "ගන්නවා, ගන්නවා" යැයි ද හිස නමනවා නම් "හිස නමනවා" යයිද කට අරින විට "කට අරිනවා" යයිද බත් පිඩ කටට ඇතුල් කරන විට "ඇතුල් කරනවා" යයිද කට වහන විට "වහනවා" යයිද අත පහත් කරන විට "පහත් කරනවා" යයිද පිඟාන ස්පර්ශ කරනවා නම් "ස්පර්ශ කරනවා" යයිද හිස ඔසවනවා නම් "ඔසවනවා" යයිද මෙනෙහි කරන්න.

මෙයින් පසු සැපීමක් පාසා "විකනව- විකනවා, හපනව- හපනවා" යයි මෙනෙහි කොට, රස දැනෙනවා නම් "දැනෙනවා" යයිද ගිලෙනවා නම් "ගිලෙනවා"යි ද ගිලෙන විට උගුරට හා බඩ වැලට ස්පර්ශවෙනවා නම් "ස්පර්ශ වෙනවා"යි ද මේ ක්‍රමයෙන් බත් පිඩක් පාසා මනාකොට මෙනෙහි කරන්න.

පටන් ගන්නා මුල් අවස්ථාවේ පිළිවෙලින් මෙනෙහි කිරීම අපහසුය. මෙහි කී සියල්ල ම මෙනෙහි කිරීම ද අපහසු විය හැකිය. වෙනස් වන සුලු සිත මෙනෙහි කිරීම ද අපහසුවිය හැකිය. නො පසුබට වන්න. කම්මැලි නො වන්න. "මනාකොට මෙනෙහි කරනවා" යයි කල්පනා කොට ගෞරවයෙන් බලවත් ලෙස මෙනෙහි කරනවා නම් මෙනෙහි කිරීමද දැන ගැනීමට බොහෝ සෙයින් හැකි වන්නේය.

නුවණ මෝරණ කාලයේ වනාහි මෙහි දැක්වෙන කරුණු වලට වඩා වැඩිපුර කරුණු බොහෝ සෙයින් මෙනෙහි කිරීමට හා දැන ගැනීමට හැකි වන්න්ය.

මෙනෙහි කිරීම වැඩි දියුණු කිරීම

එක් රැයක් හෝ එක් දවසක් හෝ ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කරන කාලයේදී හුස්ම ඉහළ පහළ ගන්නා එක් එක් වාරයෙහි දෙවරක්, දෙවරක් බැගින් පිම්බෙන, හැකිලෙන බව මෙනෙහි කිරීම ඉතා පහසුය.

හුස්ම ඉහළ පහළ ගන්නා කාලයෙහි පිම්බෙන, හැකිලෙන දෙක අතර මෙනෙහි කිරීමට යමක් නැති බව යෝගාවචර පුද්ගලයා කල්පනා

කරයි. ඒ කල්පනා කරන කාලයෙහි හිඳගෙන සිටින තමන්ගේ ශරීරයෙහි (අත්. පා. ආදී.) අවයවයන්ගේ ආකාරයද සළකා

(1) පිම්බෙනවා (2) හැකිලෙනවා (3) වාඩිවෙනවා
(1) පිම්බෙනවා (2) හැකිලෙනවා (3) වාඩිවෙනවා

යයි අවස්ථා තුනක් කොට මෙනෙහි කරන්න. "පිම්බෙනවා. හැකිලෙනවා" යයි දැන ගන්නාක් මෙන් "වාඩිවෙනවා" යයි මෙනෙහි කරන ක්‍ෂණයෙහි ශරීරය වාඩි වී සිටින බව දත යුතුය. නිදා ගන්නා කාලයෙහිද

(1) පිම්බෙනවා (2) හැකිලෙනවා (3) නිදාගන්නවා යයි තුන්වර මෙනෙහි කරන්න.

මේ ක්‍රමයෙන් තුන්වර බැගින් මෙනෙහි කිරීමේ ක්‍රමය අතර ද යමක් නැති බව යෝගාවචර පුද්ගලයා නැවත සිතනවා නම්

(1) පිම්බෙනවා (2) හැකිලෙනවා (3) වාඩිවෙනවා
(4) (ස්පර්ශ වෙනවා) හැපෙනවා යයි ශරීරයෙහි ස්පර්ශ වෙන තැන ද යොදා හතරවර බැගින් මෙනෙහි කරන්න. මෙ ලෙස අනුපිළිවෙලින් මෙනෙහි කොට, එයත් නුසුදුසු බව හැඟුන පසු "වාඩිවෙනවා" යන්න දෙවරක් ගෙන

(1) පිම්බෙනවා (2) හැකිලෙනවා (3) වාඩිවෙනවා
(4) වාඩිවෙනවා යයි සතරක් වන ලෙස ගොතා මෙනෙහි කරන්න. නිදන කාලයෙහිද

(1) පිම්බෙනවා (2) හැකිලෙනවා (3) නිදාගන්නවා (4) වාඩිවෙනවා යයි හෝ (1) පිම්බෙනවා (2) නිදාගන්නවා (3) හැකිලෙනවා නිදා ගන්නා යයි හෝ සතර වර බැගින් මෙනෙහි කරන්න.

පිම්බෙනවා හැකිලෙනවා ආදී වශයෙන් දැඩි ලෙස මෙනෙහි කරනවත් සමග ම ඒ දැකීම ඇසීම ආදී ආරම්මණ ධර්මයන්ද මෙනෙහි කළා වේ. දැකීම්, ඇසීම්, මාත්‍රයෙන් ම සිතෙහි පිහිටයි. නමුත් තමාගේ ඕනෑකමින් බලන්නේ නම් "බලනවා දකිනවා" යයි මෙනෙහි කොට "පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා" ආදී ධර්මයන් පුරුදු පරිදි නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න.

නිරුත්සාහයෙන් මෙන් ස්ත්‍රී, පුරුෂ ආදී විශේෂ අරමුණු දකින කාලයේදී "දකිනවා-දකිනවා"යයි දෙතුන් වර බැගින් මෙනෙහි කොට

"පිම්බෙනවා-හැකිලෙනවා" ආදී ධර්මයන් පුරුදු පරිදි නැවත මෙනෙහි කරන්න. කථා කරන ශබ්දය, ගීත ශබ්දයන් හෝ රළු ශබ්දයන් හෝ බලු කුරුළු කුකුල් ආදී සතුන්ගේ ශබ්දයන් හෝ පැහැදිළි වශයෙන් ඇසෙන කාලයෙහි "ඇසෙනවා-ඇසෙනවා" යයි දෙතුන් වරක් මෙනෙහි කොට " පිම්බෙනවා- හැකිලෙනවා" ආදී මුල් අරමුණට ම සිත යොමු කරන්න. විශේෂයෙන් මේ ඇසීම්-දැකීම් ආදී ශබ්දයන් මනාකොට ඉදින් මෙනෙහි නො කරන්නේ නම් ඉහත පුරුදු කළ පරිදි පිම්බීම-හැකිලීම ආදී ධර්මයන් පැහැදිළි ලෙස නො දත හැකි වේ. කෙළෙසුන් ඉපදීමට ද හැකි වේ.

කෙළෙසුන් උපදිනා විට "කල්පනා කරන්නෙමි, කල්පනා කරන්නෙමි" යයි මෙනෙහි කොට "පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා" ආදී ධර්මයන් පුරුදු පරිදි නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්න.

ශරීරාවයව හෝ කල්පනාව හෝ ඉදින් මෙනෙහි කරන්නේ නම් "පමා උනා පමා උනා" යයි මෙනෙහි කොට හුස්ම ඉහළ-පහළ ගැනීම සියුම් බැවින් පිම්බීම-හැකිළීම පැහැදිළි නැත්නම් හිඳීම ද හොවීම ද හිඳීම හා ස්පර්ශය ද මෙනෙහි කරන්න.

මෙසේ මෙනෙහි කරන කල්හී ස්පර්ශය වනාහි සතර පස් තැන සංක්‍රමණය කොට මෙනෙහි කරන්න. බොහෝ කාලයක් හෝ භාවනා කොට දියුණුවක් නැතැයි සිතන විට කම්මැලි සිත ඉපදීමට ඉඩ ඇති වේ.

මේ කම්මැලි සිත ද "කම්මැලි වෙනවා- කම්මැලි වෙනවා" යයි මෙනෙහි කරන්න. ඉදින් සමාධියේ විශේෂ ඥාණයක් නො උපදී නම් මෙනෙහි කිරීමෙන් වැඩක් නැතැයි කල්පනා කරයි.

එහෙයින් සත්‍යයක් ද අසත්‍යයක් දැයි සැක උපදීමට ඉඩ ඇත. ඒ සැකය ද "සැක ඇතිවෙනවා. සැක ඇතිවෙනවා" යයි මෙනෙහි කරන්න.

මෙනෙහි කිරීමට සුදුසු යයි කියා හෝ විශේෂ ධර්මයක් ලැබෙන්නේ යයි කියා හෝ දියුණුව ගැන බලාපොරොත්තු වෙයි. ඒ බලාපොරොත්තුව ද "බලාපොරොත්තු වෙනවා- බලාපොරොත්තු වෙනවා." කියා මෙනෙහි කරන්න.

පෙර සිහිකරන ලද්ද නැවත ආවර්ජනා කරනවිට ඒ ආවර්ජනය කිරීමද "ආවර්ජනා කරනවා - ආවර්ජනා කරනවා" යයි මෙනෙහි කරන්න.

මෙනෙහි කරන අරමුණු රූපයක් වේදෝ, නාමයන් වේදෝ යයි ආදී වශයෙන් ආවර්ජනා කරයි නම් ඒ "ආවර්ජනය කරනවා" යයි මෙනෙහි කරන්න. අයහපත්ව මෙනෙහි කරන විට සිත දුර්වල වෙයි. ඒ දුර්වල වීම ද "දුර්වල වෙනවා-දුර්වල වෙනවා" යයි මෙනෙහි කරන්න.

යහපත්ව මෙනෙහි කරනවිට සිත සතුටු වෙයි, පිනායයි, ඒ සතුටුවීම ද "සතුටු වෙනවා, සතුටු වෙනවා" යයි මෙනෙහි කරන්න. මේ ක්‍රමයෙන් සිතේ පැතුම් ඉපදීමක් ඉපදීමක් පාසා මෙනෙහි කොට පුරුදු පරිදි "පිම්බෙනවා, හැකිලෙනවා" යයි නිරන්තරයෙන් නැවත නැවත මෙනෙහි කරන්න.

මෙනෙහි කටයුතු කාලය වනාහි සිත අවදිවීමෙහි පටන් **(පබුජ්ඣනතො පට්ඨාය යාව සුපතො තාව)** නින්ද යනතුරු මුළු දිවා රෑ දෙකෙහි ඇසිපිය හෙළීම් පමණ කාලයක් වත් අත් නොහැර නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කටයුතු කාල යයි.

(නියමිත කාලයන් තුළ කෑම්, බීම්, ආදී ශරීර කෘත්‍යයන් පිළිබඳ කාලයක් හැර මෙහි කී කාලයන් ගත යුතු වේ) ප්‍රථමයෙන් ආරම්භ කරන ලද කාලයෙහි පටන් "නො නිදා නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්නෙමි"යි සිතා නො කඩවා මෙනෙහි කරන්න.

නුවණ මෝරණ කාලයෙහි වනාහි ඉබේම නිදා වැටීමත් නැති වෙයි. නිතර මුහුණේ ප්‍රබෝධයක් ඇති වෙයි.

මෙනෙහි කරන කෙටි ක්‍රමය

හොඳ හෝ නරක හෝ කල්පනාවක් පාසා සිතීමක් පාසා සිත් පැවැත්ම ද ලොකු හෝ කුඩා හෝ කායික ක්‍රියාවක් පාසා කායික පැවැත්ම ද මෙනෙහි කරන්න.

කයෙහි හෝ සිතෙහි සැප හෝ දුක් ඉවසිය නො හැකි සියළු ම වේදනාවන් පහළ වීමක් පාසා මෙනෙහි කරන්න. හොඳ හෝ නරක හෝ සිතෙහි පහළ වී එන සියලුම අරමුණු මෙනෙහි කරන්න.

මෙබඳු මෙනෙහි කළයුතු අමුතු දෙයක් නැති නම් පිම්බීම, හැකිලීම හා හිඳීම ආදි පුරුදු අරමුණක් ම නිතර මෙනෙහි කරන්න.

යාමේදී ඔසවන ආකාරය, යවන ආකාරය, තබන ආකාරයන් ම නිතර මෙනෙහි කරන්න.

මේ ක්‍රමයෙන් නින්ද යන වේලාව හැර දිවා රෑ දෙකල්හි නිරන්තරයෙන් එක විදියට ම මෙනෙහි කරන්නේ නම් නොබෝ කලකින් ම වර්තමාන වශයෙන් උදය-ව්‍යය ඥාණාදී විපස්සනා ඥාණ පරම්පාරාව පහළවන බව තමන්ට ම දැකගත හැකි වන්නේය.

මෙනෙහි කිරීම පිළිබඳ මුල් කොටස නිමි.

දැක්වූ ආකාරයෙන් මෙනෙහි කොට සති, සමාධි, ප්‍රඥා වැඩි දියුණුවට පැමිණීමෙන් පිම්බෙන රූපය හා පිම්බීම මෙනෙහි කරන සිතය, හැකිලෙන රූපය හා හැකිලීම මෙනෙහි කරන සිතය, හිඳින රූපය හා හිඳීම මෙනෙහි කරන සිතය, නැමෙන රූපය හා නැවීම මෙනෙහි කරන සිතය, දිග හැරෙන රූප හා දිග හැරීම මෙනෙහි කරන සිතය, ඔසවන රූප හා එසවීම මෙනෙහි කරන සිතය. යැවෙන රූප හා යැවීම මෙනෙහි කරන සිතය. තබන රූප හා තැබීම මෙනෙහි කරන සිතය, මෙසේ මේ ක්‍රමයෙන් අරමුණු හා අරමුණු මෙනෙහි කරන චිත්තයන් යුගල, යුගලව එකිනෙකට ගැළපී තිබෙන පෙට්ටිය හා පියන මෙන් වැටහීමට එන්නේය.

ඉතාමත් හොඳින් මෙනෙහි කිරිමේදී පිම්බීම එකක්ය, එය මෙනෙහි කිරීම කරන්නේ අනිකක්ය. හැකිලීම එකක්ය. එය මෙනෙහි කරන සිත අනිකක්ය. මේ අයුරින් නාම - රූප වෙන් වෙන්ව වැටහෙන්නේය. මෙනෙහි කරන සිත වනාහි පිම්බීම, හැකිලීම ආදී අරමුණු වෙත පැන පැන මෙනෙහි කරන්නාක් මෙන් පැහැදිළි වන්නේය. මෙසේ පැහැදිළිවීම වනාහි (නමන ලක්ඛණ-නැමෙන ලක්‍ෂණය) අරමුණ වෙත නැමීමේ ලක්‍ෂණය ප්‍රකට වීමකි. මෙසේ රූපය මෙනෙහි කිරීමෙන් මනාව පැහැදිළි වීමත් සමග ම නාම ධර්මයන් තමාට ඉබේම පැහැදිළි වන බව පහත දැක්වෙන විසුද්ධි මාර්ග පාඨයෙන් කියන ලදි.

යථා යථා හිසස රූපං සුවික්ඛාලිතං හොති නිජ්ජටං සුපරිසුද්ධං තථා තථා තදාරම්මණා අරූප ධම්මා සයමෙව පාකටා හොන්ති

[විසුද්ධි මග්ග 463]

තේරුම:- හි- එසේම නාම ධර්මය පැහැදිළි වීමට රූප අරමුණ ම නැවත නැවතත් මෙනෙහි කළයුතු බව සැබෑ ම ය අසස - ඒ යෝගාවචරයාට

නොහොත් යෝගාවචරයා, **යථා-යථා** යම් යම් ආකාරයකින් මෙනෙහි කිරීමෙන්, **රූපං** - රූප ධර්මය, **සුවික්ඛාලිතං** මනාසේ සෝදා පිරිසිදු කරන ලද්දේ **හොති** - වේද **නිජ්ජටං**- නිරවුල් වූයේ ද **සුපරිසුද්ධං**- මනාසේ පිරිසිදු වූයේ වේද, **තථා තථා** ඒ ඒ රූප ධර්මය මෙනෙහි කළ කළ ආකාරයෙන් **තදාරම්මණා**- ඒ රූපය අරමුණු කරන්නා වූ, **අරූපධම්මා** - නාම ධර්මයෝ සයමෙ ව- තම තමාට ම, **පාකටා හොන්ති** - ප්‍රකට වන්නාහ.

අරමුණු වන රූපයද නිශ්‍රය වන රූපයද ඒවා මෙනෙහි කරන නාම ධර්මයෝද යන මොවුන් පමණක් ම මෙනෙහි කිරීමක් පාසා පවත්නා බැවින් මේ අයුරින් ඇති තතු මනාව අවබෝධ කරන්නේ වේ. නාම-රූප දෙක පමණක් ඇත්තේය. මේ නාම-රූප දෙක හැර ස්ත්‍රිය, සත්ත්වයාය පුද්ගලයා යයි වෙන වෙන ම කිසිවෙක් නොමැත්තේය. මෙනෙහි නො කරන කාලයේදීත්, මෙනෙහි නො කරන රූප හා මෙනෙහි නො කරනු ලබන නාම ධර්මත් යන මේ දෙකොටස පමණක් ම ඇත. මෙනෙහි කරන කාලයේ වෙනසක් නොමැතිව මේ දෙක ම ඇත. අරමුණු කරනු ලබන රූප හා නිශ්‍රය- ආධාර වන රූපත් කල්පනා කිරීම ආදී නාම ධර්මයත් යන මේ, දෙවර්ගය පමණක් ම විද්‍යාමානව ඇත. මේ නාම-රූප දෙවර්ගයට ම සත්ත්වයාය, පුද්ගලයාය, ස්ත්‍රිය, පුරුෂයාය කියා ව්‍යවහාර කරනු ලැබේ. ව්‍යවහාර මාත්‍රය පමණක් ඇත. සත්‍ය වශයෙන් ඒකාන්තයෙන් සත්ත්වයා ය, පුද්ගලයාය, ස්ත්‍රියය, පුරුෂයාය කියා කිසිවෙක් නැත්තේ ම ය. මෙසේ මෙනෙහි කරනු ලබන නාම-රූප ස්වභාව මාත්‍රයක් ම සත්‍ය වශයෙන් ඇත්තේ යයි තත්ත්වාකාරයෙන් වටහා ගන්නේ වෙයි.

අනතුරුව ඒ වැටහෙන, වැටහෙන වාරයක් පාසා "වැටහෙනවා වැටහෙනවා"යි මෙනෙහි කොට පිම්බීම, හැකිලීම ආදී මෙනෙහි කිරීම නිරතුරුව නො කඩවා කළ යුතු ය.

තවද භාවනාව දියුණුවට පත්වන කාලයේ දී නොයෙක් කායික කටයුතු කිරීමට අවශ්‍ය නම්, ඒ සඳහා කල්පනා කරන සිත වෙන වෙන ම වැටහීමට පත්වන්නේය. සිත පහළ වෙනවාත් සමග ම ඒ සිත නිරවුල්ව දැන ගැනීමට හැකිවන්නේය. මුලදී වනාහී නැමීමට සිතමින් "නැමීමට සිතනවා"යි මෙනෙහි කළේද, ඒ නැමීමට ඕනෑ කරන සිත මනාව නො වැටහෙනු ඇත. භාවනාව වැඩි දියුණු වූ ඒ කාලයෙහි වනාහි නැමීමට ඕනෑ කරන සිත කිසිම අපහසුවක් නැතිව ඉතා හොඳට දැන ගන්නේය.

එසේ හෙයින් කායික ක්‍රියාවක් පවත්නා වාරයක් පාසා ඒ ක්‍රියා කිරීමට ඕනෑ කරන සිත පළමුකොට මෙනෙහි කරනු.

ආරම්භයේදී මෙනෙහි නො කරනු. කටයුතු බහුල බැවින් කායික ක්‍රියා ඉතා ඉක්මන් ය. මෙනෙහි කරන සිත පමා යයි සිතේ, භාවනා ඥාන දියුණුවට පත්වූ කල්හි වනාහි මෙනෙහි කරන සිත පුරෙචාරික (පෙර ගමන් කරන්නාක්) මෙන් පවතී.

නැමීම, දිගහැරීම, හිඳීම, සිටීම, සයනය කිරීම ආදිය කරනු ලබන සිත් ද මෙනෙහි කරනු. නැමීම ආදී කටයුතු ද මනාව මෙනෙහි කළ හැකි වේ. එසේ හෙයින් කායික ක්‍රියා ඉක්මන් නැත. සිත වහා වහා පවත්නේ යයි මෙනෙහි කිරීමෙන් තත්ත්වාකාරයෙන් දැන ගන්නේ වෙයි. කය ක්‍රියා කිරීමට ඕනෑ කරන සිත් ඉපදීමෙන් පසු ඒ ඒ සිතට අනුරූපව නැමීම, දිගහැරීම, හිඳීම, ආදී කායික ක්‍රියා කරන රූප උපදින්නේ යයි ද ප්‍රත්‍යක්‍ෂව දැන ගන්නේය.

ශීත හා උණුසුම දැනීමේදී "ශීතලයි-ශීතලයි, රස්නෙයි-රස්නෙයි" කියා මෙනෙහි කරත්ම ශීතල ද, උණුසුම ද, ඉපදී එන ආකාරය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වන්නේය. ආහාර ගැනීම මෙනෙහි කිරීමේදී කාය ශක්තිය වැඩිවන ආකාරය ද ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වන්නේය.

පිම්බීම-හැකිලීම ආදී මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණ ද එක එකක් නිමවීමට අනතුරුව තවත් එක් එක් අරමුණු පරම්පරාවන් ගලා එන බැවින් එන එන අරමුණු වෙන වෙනම අතරක් නැර නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරයි.

ඒ අතර බුද්ධ රූප. රහත් රූප ආදී නොයෙක් අරමුණුද ශරීරයේ කැසීම, දැවීම, රිදීම, කැක්කුම ආදී නා නා වේදනා ද ඒවා මෙනෙහි කිරීමේදී ද එක එක නිමවීමටත් පෙරම, තවත් එක් එක් දේවල් පහළ වී එන බැවින්, පහළ වන පහළ වන දේ මාරුකොට නො කඩවා නිරතුරුව මෙනෙහි කරයි. මෙසේ එන එන අරමුණක් පාසා මෙනෙහි කරන බැවින් අරමුණ ඇති නිසා මෙනෙහි කිරීම සිදුවන බවද ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වන්නේය.

තවද එබඳු කාලයේදී පිම්බීම්-හැකිලීම් සියුම් බවට පත්ව නොදැනී යන බැවින් මෙනෙහි කිරීමට යමක් නැති නිසා මෙනෙහි නො කොට සිටිය හැකිය. එකල්හී මෙනෙහි කරමින් සිටි අරමුණ නැති බැවින් "මෙනෙහි කිරීමක්ද නැත්තේය යයි" අදහස් පහළවිය හැකිය.

මෙසේ පිම්බීම හැකිලීම් නොදැනී ගිය කල්හී "මෙනෙහි කිරීමක්ද නැත්තේ යයි" අදහස් පහළ විය හැකිය.

මෙසේ පිම්බීම හැකිලීම් නො දැනී ගිය කල්හී "හිඳිනවා-හැපෙනවා, හිඳිනවා-හැපෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න. හැපීම වනාහී තැන මාරු කරමින් මෙනෙහි කළ යුතුය. ඒ මෙසේය. "හිඳිනවා"යි මෙනෙහි කොට නිමවා දකුණු පය ආසනයේ ගැටී ඇති තැන අරමුණු කොට "හැපෙනවා"යි මෙනෙහි කරන්න.

නැවත "හිඳිනවා"යි මෙනෙහි කොට නිමවා වම් පය හැපෙන තැන අරමුණ කොට "හැපෙනවා" යී මෙනෙහි කරනු. මේ පිළිවෙලින් හැපීම් වාර හතරක්-පහක්- හයක් පමණ මාරුවෙන් මාරුවට මෙනෙහි කරන්න. තවද දැකීම්. ඇසීම් ආදිය ද මෙනෙහි කරන ඇසත්, රූපයත් ඇති නිසා පෙනීම ඇති වේ. කණත්, ශබ්දයත් ඇති නිසා ඇසීම සිදුවේ. මේ පිළිවෙලින් මෙනෙහි කිරීමේදී ම ඉතා පැහැදිළි ස්වභාවය අවබෝධ වේ.

ඒ නිසා නමන්නට ඕනැය. දිග හරින්නට ඕනැයි. ආදිය සිතන සිත් ජාති ඇතිවන බැවින් නැමීම, දිග හැරීම ආදී ශාරීරික ක්‍රියා ජාති ඇති වන බවද වැටහෙන්නේය.

තවද ශීතල ගති උණුසුම් ගති ඇතිවන බැවින්, ශීතලෙන් හට ගන්නා නා නා රූප උණුසුමෙන් හටගන්නා නා නා රූප ඇති වන්නේ යයි ද, අනුභව කරන ආහාර පාන වර්ග ඇති බැවින් මේ රූප කය පවත්නේ යයි ද, පිම්බීම- හැකිලීම ආදී මෙනෙහි කළ යුතු අරමුණු ඇති බැවින් දකින අසන සිත් ජාති පහළ වන්නාහු යයි ද, ඇස, කණ ආදී නිශ්‍රය රූප ඇති බැවින් දකින සිත්, අසන සිත් ආදිය පහළ වන්නේ යයි ද, පූර්ව, පූර්ව මෙනෙහි කරන චිත්ත චෛතසික ධර්ම ඇති නිසා පසුව පසුව ආවර්ජනා කරන මෙනෙහි කරන නාම ධර්ම ඇති වන්නාහු යයි ද, පූර්ව කර්ම හේතුවෙන් මෙවැනි වේදනා ජාති හටගන්නාහු යයි ද, පූර්ව කර්ම හේතු ඇති බැවින් මේ නාම රූප පරම්පරාව ප්‍රතිසන්ධියේ පටන් නිරතුරුව පහළවන්නේ යයි ද මේ නාම රූප පරම්පරාව මවන යම්කිසි මැවුම්කාරයෙක් නැත්තේ යයි ද ඒ මේ නාම රූපයන් උපදවන හේතු ධර්ම ඇති බැවින් උපදින්නාහු යැයිද මේ ආදී වශයෙන් සත්‍ය ස්වභාවයන් ද වැටහීමට පටන් ගන්නේය. මෙබඳු වැටහීම් වනාහී බොහෝ වේලාවක් කල්පනා කිරීමෙන් වැටහෙන දේ නො වෙති. මෙනෙහි කිරීමෙන් ම මනාව වැටහෙන්නා වූ ක්ෂණික අවබෝධ

වන්නා වූ වැටහීම් ය. මේ වැටහීම් ද "වැටහෙනවා" "ප්‍රත්‍යක්ෂ වෙනවා" "සිතෙනවා" යයි මෙනෙහි කොට මෙනෙහි කිරීම ම නිරතුරුව පැවැත්විය යුතුය.

දැන් මෙනෙහි කළ "නාම රූපයන් හේතු ඇතිව උපන් බව" අවබෝධ වූ කාලයේ අතීත භවයේ අතීත කාලයේදී ද මෙබඳු හේතු පහළ වූ බැවින් මෙබඳු නාම රූපයෝ ම ඇති වූවාහු යැයි ද අනාගත භවයේදී අනාගත කාලයේදී මෙබඳු හේතු පහළ වන බැවින් මෙබඳු නාම රූපයෝ පහළ වන්නාහු යයි ද සත්ත්වයෙකු පුද්ගලයෙකු නැත්තේ යයි ද, හේතු ධර්මයෝ පමණක් ඇත්තාහු යයි ද මෙසේ වැටහීම ඇති වන්නේය. මෙවැනි වැටහීම්ද මෙනෙහි කොට මෙනෙහි කිරීම ම නො නවත්වා කළ යුත්තේය.

මෙසේ මෙනෙහි කිරීමෙන්, වැටහීමෙන් නුවණ දියුණුවට පත් වූයේ අල්පශ්‍රැත වූ ධර්ම ඥානය අඩු කෙනෙකුට නම් ස්වල්ප වශයෙන් ටික ටික වැටහීම් ඇති වේ. නුවණ වැඩීමට පත්වූයේ බහු ශ්‍රැත ධර්ම ඥානය ඇති කෙනෙකුට නම් බහුල වශයෙන් වැටහීම් පහළ වෙති. එසේ වුවත් වැටහීම් ගරු නො කොට මෙනෙහි කිරීම ම ගරු කොට පැවැත්විය යුත්තේය. නො නවත්වා මෙනෙහි කිරීමෙන් ම වනාහි ක්‍රමයෙන් ටික ටික වූවත් ඥානය වැඩීමට පත් වන්නේය. මෙතැනදී ස්වල්ප වශයෙන් මෙනෙහි කිරීමෙන් ද කටයුතු නිම වේ යයි ඒකාන්තයෙන් විශ්වාස කරනු.

සමාධි වැඩි දියුණුවට පත් වූ යෝගාවචරයන්ට වනාහි කැසීම, දැවීම, රිදීම, කැක්කුම, බර ගතිය, දැඩි ගතිය ආදී ඉවසිය නොහැකි නා නා වේදනා ජාති පහළ විය හැකිය. මෙනෙහි නො කර හැරියොත් ඒ වේදනාවෝ වහාම නැති වන්නාහ. මෙනෙහි කරත් කරත් ම නැවතත් ඇති වන්නාහ. මෙබඳු වේදනා, රෝග නොවෙති.

ධර්ම ස්වභාව වශයෙන් පහළවී දැනෙන වේදනා බව තීරණය කරනු, භය නො වන්න. ඒ වේදනාවට ම දැඩි ලෙස සිත පිහිටුවා මෙනෙහි කරනු. ටිකෙන් ටික හෙමින් හෙමින් ඒවා නැති වන්නාහ.

තවද නා නා විධ රූප සටහන් අරමුණු ඉදිරිපිට ඇසට පෙනෙන්නා සේ පැහැදිළිව පෙනෙන්නාහ. සවණක් ඝණ බුදුරැස් සහිත බබලන්නාවූ බුදුරජාණන් වහන්සේ වඩින්නා සේ ද අහසින් මහ සඟ පිරිස් වඩින්නා සේ ද බුද්ධ රූප. චෛත්‍ය ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් ඉදිරිපිට ඇත්තාක් මෙන් ද,

බොහෝ උපකාරීව සිටි හිතවතුන් එන්නාක් මෙන් ද, ගස්, ගල්-පර්වත-උයන්-සුදුවලා ඉදිරිපිට පෙනෙන්නාක් මෙන් ද, ඉදිමී ගිය මෘත ශරීර-ඇට සැකිලි තමා ඉදිරිපිට ඇත්තාක් මෙන් ද කුටිගෙවල් විහාර මන්දිර මිනිසුන් පදිංචි ගෙවල් තමා අභිමුඛයෙහි උස් පහත් ආකාරයෙන් ඔබිනොබ විසිරී ඇත්තාක් මෙන් ද තමාගේ ශරීරයේ කලවය, කෙණ්ඩය රතුපාටට කැබලි, කැබලිව වෙන් වෙන්ව එක් එක් ආකාරයෙන් ඇත්තාක් මෙන් ද, ශරීරයේ ඇටකටු, මස්පිඩු, නහර, අතුනු, හෘදයමාංශය ආදිය ඇසට පෙනෙන්නා සේ ද නරකාදිය දිව්‍ය ලෝක, තිරිසත්වයෝ, ප්‍රේතයෝ, දිව්‍යාංගනාවෝ, දිව්‍යරාජයෝ ඇසට පෙනෙන්නා සේ ද, මේ ආදී වශයෙන් නා නා ප්‍රකාර අරමුණු ජාති පහළ වී පෙනෙන්නාහ. චිත්ත සමාධි ආනුභාව බලයෙන් නැමී ගත් සිතට පහළ වී දැනෙන ප්‍රඥප්ති අරමුණු බව ම දත යුතුය. ඇලුම් නො කරනු. බියපත් නො වනු. සිහිනෙන් දකින දේ මෙන් තේරුම් ගත යුතුය.

එසේ නමුත් ඒ අරමුණු දකින්නා වූ මනෝ විඥානය වනාහි විද්‍යාමාන වූ පරමාර්ථ ධර්මයකි. ඒ නිසා මෙනෙහි කරනු. මෙනෙහි කළේ නමුත් නො පැහැදිලි වූ සිත ප්‍රධාන කොට මෙනෙහි කිරීමට නො හැකි වන්නේය. ප්‍රකට වූ අරමුණ ම ප්‍රධාන කොට මෙනෙහි කළ හැකි වන්නේය. ඒ නිසා යම්කිසි අරමුණක් මනාව පෙනේද? ඒ අරමුණ ම දැඩිකොට "පෙනෙනවා පෙනෙනවා"යි එය නැතුව යනතුරු මෙනෙහි කරනු, පැන පැන හෝ කුඩා වෙවී හෝ නො පැහැදිලි වෙවී හෝ විසි වෙවී හෝ ඒවා අතුරුදහන් වී යන්නාහ. ඒ අරමුණු පෙනීමට ආරම්භ වූ තැන් පටන් සතර පස් වරක්, දහ දොළොස් වරක් මෙනෙහි කරනු. එය නැතිවී යන්නේය. ඥාණය දියුණුවට පත් වූ විට වරක් දෙකක් මෙනෙහි කිරීමෙන් ම අතුරුදහන් වී යන්නාහ. ඒ අරමුණු ගැන ඇලුම් කරන හෝ බියපත් වන සිත් තමා හට පහළ වූයේ නම් වහා ම අතුරුදහන් නො වන්නාහ. සිත නැමීගත් අරමුණක් වූයේ නම් එයට ආශා කරන බැවින් අතුරුදහන් නො වී පවතින්නේය. එනිසා සමාධිය මනාව වැඩෙන කල්හි එක එක අරමුණක් පාසා සිත ඇලුම් කිරීමෙන් වැළකීමට විශේෂයෙන් සිහිකටයුතුය. සිත යම් අරමුණකට නැමී ගත්තේ නම් ඒ සිත වහාම මෙනෙහි කොට නැති කළ යුතුයි.

ඇතැම් පුද්ගලයෙකුට වනාහි විශේෂ අරමුණු නානාවිධ වේදනා නො පැමිණීමෙන් දිගින් දිගට මෙනෙහි කිරීමෙන් මැළිකමක් ඇති වේ. ඒ

මැළිකම "කම්මැලියි කම්මැලියි" කියා ඒ නැතිවන තුරු මෙනෙහි කොට නැති කරනු. මේ උදයව්‍ය ඥාන අවස්ථාවේ විශේෂ අරමුණු, වේදනා ජාති, දකින්නට ලැබෙන පුද්ගලයා ද නො ලැබෙන පුද්ගලයා ද මෙනෙහි කිරීමක් පාසා, මෙනෙහි කරන්නාවූ අරමුණේ මුල, මැද, අග මනාව දකින්නේ වේ.

භාවනා ආරම්භයේ දී එක එක අරමුණු මෙනෙහි කිරීමේ දී පහළවන අන්‍ය අන්‍ය අරමුණු මාරු වෙවී මෙනෙහි කරමින් යයි. මුල් අරමුණ නැතිවී ගිය ආකාරය මනාව දැන නො ගනී. මේ උදය වය ඥාන අවස්ථාව වනාහි මෙනෙහි කරනු ලබන එක එක අරමුණ අතුරුදහන් වී යන සැටි දකිමින් අලුත් අලුත් අරමුණු මෙනෙහි කරයි. ඒ නිසා මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණේ මුල, මැද, අග ඉතා පහැදිළිව දකින්නේ වේ.

එකල්හි වනාහි ඉතාමත් යහපත් ව මෙනෙහි කිරීමේදී මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ඇතිවන, ඇතිවන කෙනෙහි පහළ වී එන්නා වූ ද නැතිවන නැතිවන කෙනෙහි අතුරුදහන් වන්නා වූ ද අරමුණු ඉතා ම හොඳින් දැන ගන්නා බැවින් "අනිච්චං ඛයට්ඨෙන" ක්‍ෂය වන අර්ථයෙන් අනිත්‍යය, හුත්වා අභාවතො අනිච්චා ඇතිවී නැතිවී යන හෙයින්, අතුරුදහන් වී යන බැවින් අනිත්‍යය යයි වදාළ පෙළ අටුවා වචනයට අනුව, ගෙවී යන්නේය. අතුරුදහන් වී යන්නේ ය. අස්ථිර බවට යන්නේ ය. නැති බවට යන්නේ යයි අනිත්‍ය ලක්‍ෂණය අවබෝධ වන්නේ ය.

යදනිච්චං තං දුක්ඛං - අනිත්‍ය වූ දේ වනාහි දුකකි, දුක්ඛං භයට්ඨෙන බියපත් විය යුතු අර්ථයෙන් දුකකි. උදයබ්බය පති පීළනතො දුක්ඛා ඇතිවීම නැතිවීම දෙකින් නිරන්තරයෙන් පෙළෙන්නාවූ බැවින් දුකකැයි වදාළ පෙළ අටුවා වචනයට අනුව, නො දන්නා කමින් ආශා කරන්නේය. ආශා කළ යුතු කිසිවක් ම නැත්තේය. පහළ වී අතුරුදහන් වී යන්නේය. ඇතිවීම නැතිවීම දෙකින් නිරන්තරයෙන් පෙළෙන්නේය. කිසියම් ක්ෂණයක මරණයට යන්නේය. ක්ෂණයක් පාසා වහා වහා නැතිවන දුක නිසා දුකක් ම වන්නේය. යහපතක් නොමැත්තේ යයි ද වැටහීම් පහළවේ.

"දුක්ඛමද්දක්ඛි සල්ලතො, දුක්ඛ වත්ථුතාය දුක්ඛතො, රොගතො ගණ්ඩතො, සල්ලතො"

ආදී පෙළ අටුවා අනුව ඉවසා ගත නො හැකි නා නා විධ දුක් වේදනා මතුවී ප්‍රකට වී එන බැවින් "දුක්ම වන්නේය. යහපතක් නොවේම" යයි නුවණින් වටහා ගන්නේය.

යං දුක්ඛං තදනත්තා- යමක් දුක් වේද, එය ආත්ම නො වන්නේ ය. **අනත්තා අසාරකට්ඨේන** - අසාර අර්ථ ඇති බැවින් මම කියා, ආත්මය කියා කෙනෙක් නොමැත්තේය. **අවසවත්තනතො අනත්තාති** - ස්වකීය වසයෙහි නො පවත්නා බැවින් "මම යැයි කියා ආත්මයක් නැතැයි" වදාළ පෙළ අටුවා වචනය අනුව නිදුක්ව සිටිය හැකි සමර්ථ කෙනෙක් නොමැත්තේය. දුකට ම පත්වන අසරණ, අනාථ ස්වභාව ම ඇත්තේය. ඉපදී වහා ම නිරුද්ධ වී යන තත්ත්වයක් ඇත්තේය. කිසිවෙක් සිය කැමැත්තට අනුව නො පවත්නේය. නො ඉපදී සිටීම ද නො හැකිය. ඉපදී නො මැරී සිටීමටද නො හැකිය. ඉපදී නො මැරී සිටීමට ද නො සමත්ය. ස්ව වශයෙහි පවත්නා කෙනෙකු නොමැත්තේය. ස්වභාව ධර්ම වශයෙන් ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවත්නා අනාත්ම ධර්ම ස්වභාවය ම විද්‍යාමාන වේ යයි ද නුවණට වැටහේ. මෙබඳු වැටහීම් ද මෙනෙහි කොට පළමු අරමුණ ම නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරනු.

ප්‍රත්‍යක්ෂව දැන මෙනෙහි කළ අරමුණු අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මය යයි ත්‍රිලක්ෂණ ස්වභාව වැටහෙන කාලයේ ප්‍රත්‍යක්ෂව හමු නොවූ අරමුණු සියල්ල ද, මේ ධර්මයන් මෙන් ම අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මය, යයි නුවණින් වටහා ගන්නේය. මේ වැටහීම වනාහි ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥාන ඇසුරෙන් ලැබෙන්නා වූ අනුමාන ඥානය වේ. මෙබඳු අනුමාන වැටහීම වනාහි ප්‍රකෘතියෙන් නුවණ අඩු පුද්ගලයාට ද ධර්ම ඥානය අඩු පුද්ගලයාට ද, වැටහීම් ගරු නො කොට මෙනෙහි කරන්නාට ද සුළු වශයෙන් වැටහෙන්නේය.

වැටහීම් ගැන ගරු කොට සළකන්නාට බහුල වශයෙන් ලැබෙන්නේය. ඇතැමෙක් මූලික භාවනා අරමුණු මෙනෙහි කිරීම අඩුකොට වැටහීම් අනුව මෙනෙහි කිරීම වැඩි වශයෙන් කරති. එසේ වැටහීම් අරමුණු මෙනෙහි කිරීම බහුල කළ හොත්, මූලික භාවනාව දියුණුවට නොමයන්නේය.

මේ ඤාණ අවස්ථාවේ වැටහී එන අරමුණු බහුලව නො ආවේ නමුත් මත්තෙහිදී ඥානයන්ට පැමිණ අවබෝධය යහපත්ව ලැබෙන්නේය. එනිසා වැටහී එන අනුමාන අරමුණු ගරු නොකරනු. ප්‍රධාන මූලික භාවනා අරමුණ ම ගරුකොට වැටහී එන අරමුණ ද ලැබෙන පරිදි මෙනෙහි කරනු.

අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, ස්වභාව ලක්ෂණයන් වැටහීමට පත්වන කාලයේදී පහළ වී එන වෙනත් අරමුණු ගැන වැටහීමක් නො ලැබුනේ නමුත්, ප්‍රධාන අරමුණු නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරයි. ඒ කාලයේ සිතෙහි

පහළ වන්නාවූ ශ්‍රද්ධාව ද, උත්සාහවත් කරන වීර්ය ද, මෙනෙහි කරවන ස්මෘතිය ද එක් අරමුණෙහි පිහිටුවන සමාධිය ද ඇති තතු මනාව දකින්නා වූ ප්‍රඥාව ද යන මේ ඉන්ද්‍රිය ධර්මයෝ පස්දෙන අඩු වැඩි නොවී සම බවට පත් වූ ක්ෂණයේදී මෙනෙහි කරමින් සිටි චිත්තය එක් වරට ම අහසට නැංගා සේ බර අඩු බවට පත්ව ඉතාමත් සැහැල්ලු, සංසුන් බවට පැමිණේ, මෙනෙහි කරනු ලබන නාම-රූප අරමුණු ද, ඉතාමත් පැහැදිළි ව පෙනෙන්ට වෙති. හුස්ම ගන්නා වරක් පාසා පිම්බීමේදී මතු මත්තට පිම්බීම් රැසක් සිදුවන බව දැනෙන්නට වේ.

හුස්ම හෙලන වාරයක් පාසා හැකිලීමේදී ද පිළිවෙලින් පසු පස්සට හැකිලීම් රාශියක් ව දැනෙන්නේය. නැමීම් දිග හැරීම් සෙලවීම් ආදීයේදී ද ආරම්භයේ පටන් අවසානය තෙක් සිදුවීම් රැසක් පවත්නා බව මතු මත්තෙහි **(දේශානන රොත්පතති)** වශයෙන් පවත්නා බව වැටහෙන්නේය.

ශරීරයේ තැන තැන නාඩි වැටීම් වැනිවූ ද කුඩා, කුඩා ස්පර්ශ ද, එකින් එකට වේගයෙන් පරම්පරාවට පවත්නා සැටි දැනෙන්නේය. ඇතැම් කෙනෙකුට එවැනි අවස්ථාවේ දැඩි නොවූ කුඩා කුඩා කැසීම්, ඉදිකටු වලින් අනින්නාක් වැනි එක් එක් වේදනා එකින් එකට පහළ වී එන්නාහ. බොහෝ සෙයින් එවැනි අවස්ථාවේ එන වේදනා ඉවසිය නොහැකි දේවල් නො වෙති. මෙවැනි ඉතා වේගයෙන් එන අරමුණු මෙනෙහි කිරීමේදී අරමුණු එක එක, නම් වශයෙන් ගෙන මෙනෙහි කළ හැකි නො වේ. සිහිනුවණින් "දැනෙනවා-දැනෙනවා"යි දැඩි කොට මෙනෙහි කළ යුතු වේ.

එනිසා මෙසේ ඉතා වේගයෙන් අරමුණු පහළවී එන විට ඒවායේ නමින් මෙනෙහි නො කරනු. "දැනෙනවා-දැනෙනවා"යි දැඩි ලෙස මෙනෙහි කරනු. නම ගෙන මෙනෙහි කිරීමට උත්සාහ නො කරනු. කළේ නමුත් සියල්ල පිළිවෙලින් මෙනෙහි කළ නො හැකිව වෙහෙසට පැමිණේ. එක එකක් නමින් මෙනෙහි කිරීමේදී අරමුණු හතලිහක් පනහක් පමණ වෙන් කොට දැන දැන මෙනෙහි කරමින් ගිය කල්හි ද කටයුතු නිම වේ. වරදක් නොමැත. සම්පූර්ණයෙන් සියල්ල නම් වලින් ගෙන මෙනෙහි කිරීමට උත්සාහ කළේ නම් වෙහෙසට පැමිණේ. එනිසා නමින් මෙනෙහි කරන්නේ නම් මධ්‍යම තත්ත්වයෙන් මෙනෙහි කරන්න. එක් එක් වර මෙනෙහි කිරීමේදී අරමුණු සතරක්, පහක්, දහයක්, දොළහක් පමණ දැන ගත හැකි වන්නේය. පැහැදිළිව දැන ගැනීම ම ප්‍රධාන කරුණය. මෙබඳු අවස්ථාවේදී

මූලික භාවනා අරමුණ මෙනෙහි කිරීම නවත්වා සදොරෙහි එන එන අරමුණු පිළිවෙලින් දැඩිව සිහිය යොදා මෙනෙහි කරනු. මෙසේ මෙනෙහි කොට නිමවා මූලික භාවනා අරමුණු පුරුදු පිළිවෙලින් නො කඩවා මෙනෙහි කරනු.

ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවත්නා නාම-රූපයෝ ඇසිපිය හෙලන ක්‍ෂණයක්, විදුලි කොටන ක්‍ෂණයක් තරම් ඉතා කෙටි කාලයක අති බහුලව පෙනෙන්ට ලැබෙති. එසේ පෙනෙන්නාවූ නාම-රූප අරමුණු නුවණින් දැන දැන තදින් මෙනෙහි කෙරේ නම් එයින් නුවණ දියුණුවට පත්වූ කල්හී ඉපදී එන පිළිවලින් සියල්ල නිරවශේෂයෙන් විදර්ශනා ඤාණයෙන් දැනගත හැකි වන්නේය. එවිට මෙනෙහි කරන සිහිය ද ඉතාමත් උසස් බවට පැමිණේ. නාම රූප එක එක පහළ වී එන විට සිහිය එම අරමුණ වෙත පැන පැන පවත්නා සේ මෙනෙහි කරමින් පවතී. ඒ අරමුණද, සිහිය වෙත ඇදී එන්නාක් මෙන් පවතී.

විදර්ශනා කරන නුවණ ද, පහළ වී එන අරමුණු සියල්ල ම එකින් එක මිශ්‍ර නො කොට වෙන වෙන ම ඉතාමත් හොඳින් අවබෝධ කරන්නේ වෙයි. එනිසා භාවනා වඩන යෝගාවචරයා ද මෙබඳු අදහස් ඇති කරයි. "මේ නාම රූපයෝ වනාහී චිත්‍රපටයක් සේ පවතී. ඔරලෝසුවක- යන්ත්‍රයක පවත්නා වේගවත් ශබ්ද පරම්පරාවක් සේ ඉතාමත් පැහැදිළි ව පවතී. මෙබඳු දැකීමේදී ද පිළිවෙලින් සියල්ල නුවණින් දැකගත හැකි වේ. මෙසේ දැන ගන්නා ලද්දට වඩා තවත් ගත යුත්තක් නොමැත. දතයුතු සියල්ල දැනගෙන අවසානය"යි කියා කල්පනා විය හැකිය. සිහිනෙන්වත් නො ලද විරූ අති විශේෂ සිහිනුවණ ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වශයෙන් ලබන ලද්දේ වෙයි.

තවද විදර්ශනා භාවනා බලයෙන් ස්වල්ප වශයෙන් හෝ බහුල වශයෙන් හෝ ආලෝකයන් මතුවී පහළ වන්නේය. මෙනෙහි කරන්නා වූ අරමුණ හා විදර්ශනාව ගැන පිනා යන්නා වූ ප්‍රීතියද ඉතා උසස්ව පහළ විය. ඒ ප්‍රීති වේගයෙන් ශරීරයේ රෝමෝද්ගමනය වීම, කිළිපොලා යෑම, සිරුර හිරිවැටීම ද, සිදුවෙයි. තොටිල්ලක පැද්දෙන්නා සේ ද, ඔන්චිල්ලාවක පැද්දෙන්නා සේ, පවන් සලන්නා සේ ද, සීතල වන්නා සේ ද, ප්‍රීතිය සිරුරපුරා පැතිරෙයි.

ඇතැම් කෙනෙකුට මුලදී මෙසේ චලනාදිය ගැන සිතේ. "කැරකෙනවා, තිගැස්සෙනවා" යි අදහස් ඇතිවෙයි. සිතේ, කයේ සංසිඳීම

වූ පස්සද්ධිය ද ඉතා හොඳින් පහළ වේ. ඒ පස්සද්ධි බලයෙන් ඉඳීම, සිටීම සක්මන් කිරීම, සයනය කිරීම යන හතර ඉරියව්වේදී ම බොහෝ වේලාවක් සුවසේ වෙහෙසක් නොමැතිව භාවනා කළ හැකි වේ. තවද බර අඩු බව වූ "ලහුතා" ආදීය හේතුවෙන් ද, මුළු කය-සිත යන දෙක ම ඉතා නිරෝගී බවට පැමිණෙයි. බොහෝ වේලාවක් හිඳගෙන, වැතිරගෙන හෝ මෙනෙහි කරන්නේ නමුත් අතරක් නැර මනාව දැක දැක විදර්ශනා කළ හැකි වේ. රිදුමක්, කැක්කුමක්, රත්වීමක් හෝ නො පැමිණෙයි. මෙනෙහි කරන සිත හා අරමුණ ඒකාබද්ධව යුගල, යුගලව පවත්නා සැටි පෙනේ. ස්වභාවයෙන්ම සිත ඍජු බවට පත්වී සියලු පාපයෙන් විරමණය වනු කැමති වෙයි. ප්‍රසන්න බවට, පැහැදීම් බවට, පමුනුවන්නා වූ ශ්‍රද්ධාවද, පහළ වේ. දියුණුවට පත්වූ ඒ ශ්‍රද්ධා බලයෙන් සිත අතිශයින් ම ප්‍රසන්න වේ. සමහර විට මෙනෙහි කළ යුත්තක් නොමැතිව ඉතාමත් ප්‍රසන්න චිත්ත සන්තානයක් පමණක් ම ඇත්තාක් මෙන් දැනේ. "බුදුරජාණන් වහන්සේ සියල්ල අවබෝධ කළේය" යනු ඒකාන්ත සත්‍යයකැයිද, මේ නාම-රූප දෙක අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යනු ද "ඒකාන්ත සත්‍යයකැ"යි පැහැදීම මුල්කොට ඇති මෙවැනි කල්පනා බොහෝ සේ පහළ වෙති. මෙනෙහි කිරීමෙන් පසු කල්පනාවට වැටී ඇතිවන, නැතිවන නාම- රූප ගැන අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ස්වභාවයන් ම එකින් එකට මනාව දකිමින් අනුන්ටත් මේ ධර්මාවබෝධය දීමට බොහෝ සෙයින් සිත් පහළ වේ.

පසුබට නො වන්නා වූ ඉතා ම බලවත් බවට පත්වූ වීර්යය ද පහළ වන්නේය. ඉබේම වාගේ විදර්ශනා කිරීමේ සමතා ගුණයවූ විදර්ශනා උපේක්ෂාව ද ප්‍රකට වේ. විදර්ශනා කිරීමේ සැපවත් බව වූ සුඛ වේදනාවද, ඉතාමත් අධිකව පහළ වේ. එහෙයින්ම තමා ලත් සැපවත් බව අනුන්ටත් සම්පූර්ණයෙන් දීමට කැමැත්ත ඇතිවෙයි. ආලෝකය, සතිය, ඤාණය, ප්‍රීතිය, යනාදී විශේෂ ලාභ ගැන ආශ්වාදය කරන්නාවූ නිකාන්තිය ද, පහළ වේ. ඒ නිකාන්තිය නිසා භාවනා මනසිකාරය වැඩි වැඩියෙන් දියුණුවට පැමිණියේ යයි කල්පනා ඇති වෙයි.

වැඩි දියුණුවට පත්වූ මේ විදර්ශනා ආලෝක ආදිය ද ආශ්වාදනය නොකරනු. ඒවාද පහළ වේවී එන පිළිවෙලට "ආලෝකයි, ආලෝකයි" "සැපයි, වැටහෙයි. කල්පනාවෙයි, ප්‍රසන්නයි. ප්‍රීතියි, ආසයි" යනාදී වශයෙන් මනසිකාරය ම පැවැත්විය යුතුයි. ආලෝකය මෙනෙහි කරන්නේ නම්

"ආලෝකයක්, ආලෝකයක්" කියා නොපෙනී යනතුරු මෙනෙහි කරනු. පෙනීම මෙනෙහි කරන්නේ නම්" පෙනෙනවා, පෙනෙනවා "යයි මෙනෙහි කරනු. එසේ නමුත් ආලෝක ආදිය මුලදී පහළවී එන කල්හි මෙනෙහි කළ නො හැකිව එය ඇලුම් කරමින් සතුටු වෙයි. මෙනෙහි කළේ ද, සැපයත්, නිකාන්තියත් දෙක මතු වී එන බැවින් බොහෝ වේලාවක් නැති නොවී පවතියි. ඇලුම් නො කොට මෙනෙහි කිරීමෙන් ම අතුරුදහන් වෙති.

ආලෝකය අධිකව පහළවන යෝගාවචර පුද්ගලයන්ට කොතෙක් මෙනෙහි කළත් අතුරුදහන් නොවෙති. එනිසා ආලෝක ආදිය ගරු නො කොට සිත-කය දෙකෙහි පහළවන ක්‍රියා මාත්‍රයන් ම ගරු කොට විදර්ශනා කරනු. ආලෝකයක් පහළ වූයේ යයි කල්පනා නොකරනු. කල්පනා නො කරන්නේ නම් ආලෝක මාත්‍රයෙහි ම නවතින්නේය. එසේ කල්පනාවක් හොඳින් විදර්ශනා කරනු. ආලෝකය පමණක් නොව වැඩි දියුණුවට පත් වූ සමාධිය ගැනද සිත ආශාවෙන් නමාගත්තේ නම් අරමුණු වැඩි වැඩියෙන් පහළ වී එන්නාහ. මෙබඳු සිත් ඇලුම් ඇතිකිරීම වනාහි නො කළ යුතුයි. ඇල්මක් ඇතිවුයේ නම් තදින් ම විදර්ශනා කොට දුරුකළ යුතුය. ඇතැම් පුද්ගලයෙකුට ඇලුම් සහිත සිත් බහුලව පහළ නොවූවත් නො පැහැදිළි වූ ඡායා සෙවනැලි පින්තූර ආදී නා නා දේවල් රථයක ගමන් කරන්නෙකුට දෙපස පෙනෙමින් ඉකුත්වන දේවල් මෙන් එකින් එකට වේගයෙන් පහළ වී එන්නාහ. "පෙනෙනවා - පෙනෙනවා"යි මෙනෙහි කළේ නම් මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ඒ ඒ අරමුණු දුරුවී යන්නාහ.

ඤාණය අඩු කාලයේදී පැහැදිළි වේවී පහළ වන්නාහ. "පෙනෙනවා, පෙනෙනවා"යි මෙනෙහි කිරීමේදී එක් එක් වරක් ම මෙනෙහි කිරීමෙන් ඒ ඒ අරමුණු එකින් එක පහළ වූ පමණකින් ම දුරුවී යති. නැවත නූපදනා පරිද්දෙන් ම සම්පූර්ණයෙන් ම නිරුද්ධ වෙති.

විදර්ශනා ආලෝක ආදියට ඇලුම් කරමින් බලා සිටීම නොමඟ යාමකි. විදර්ශනාව නිරන්තරයෙන් පැවැත්වීම නියම මාර්ගය යයි සළකා සිතේ, කයේ එකින් එකට පහළවී එන නාම-රූපයන් නො නැවතී නිරතුරුව මෙනෙහි කරන්නේ නම් විදර්ශනා ඥානයෙන් ඉතාමත් හොඳින් අවබෝධය ඇති වේ. නාම-රූපයන්ගේ වහා වහා ඇතිවීම, නැතිවීම ඉතා පැහැදිළිව අවබෝධ වේ. මෙනෙහි කිරීමක් පාසාම"එකිණෙහි ම ඉපදී, එකිණෙහි ම නැතිවූයේ" යයි වැටහෙයි. පළමු, පළමු නාම - රූපයෝ පසු - පසු නාම

- රූපයන් සමග මිශ්‍ර නොවෙත්, කොටස්, කොටස් සිඳී සිඳී නැති වෙත් යයි මනාව අවබෝධ වේ. එනිසා මෙනෙහි කිරීමක් පාසා අනිත්‍යය හෝ දුක්ඛය හෝ අනාත්මය කියා හෝ දැන දැන ධර්ම ස්වභාවය ම අවබෝධ කරයි.

එබඳු අවස්ථාවේදී ඇතැම් යෝගාවචරයෙක් හට බොහෝ වෙලාවක් මෙනෙහි කරන්නේ නම් මෙතැන් පටන් "යහපත් බවක් නොමැත. විශේෂයක් නැතැ"යි සිතා වරින් වර භාවනා කිරීම නැවැත්වීමට සිතෙයි. එසේ සිතට අනුව වරින් වර නො නවත්වනු, වෙනදාට වඩා වැඩි වෙලාවක් විදර්ශනා මනසිකාරය නො නවත්වා පවත්වනු.

භාවනා ඥානය මතු මත්තෙහි දියුණුවට පැමිණි විට මෙනෙහි කරනු ලබන ආරම්මණයන්ගේ උත්පාදක්ෂණය පැහැදිළිව නො පෙනී යයි. නැති වීමම භංගක්ෂණයම පෙනෙන්නට වෙයි. නිරෝධක්ෂණයම බල බලා සිටින්නේ වෙයි. මෙනෙහි කරන චිත්තය ද බිඳී බිඳී යන්නේ යයි වැටහේ. වැටහෙන ආකාරය-පිම්බීම මෙනෙහි කිරීමේදී එකින් එකට පිම්බීම් රැසක් පිළිවෙලින් බිඳි බිඳී යන්නේ යයි වැටහෙයි. ඒ දකින්නා වූ චිත්තය ද වහාම බිඳී යන්නේ යයි අවබෝධ වෙයි.

හැකිලෙනවා, හිඳිනවා, නමනවා, දිගහරිනවා, රිදෙනවා යනාදී වශයෙන් මෙනෙහි කිරීමේදී පළමුව අරමුණ ද දෙවනුව මෙනෙහි කළ සිත ද එසේම පෙර පසු නොවී බිඳී බිඳී යන්නේ යයි අවබෝධ වෙයි. සමහර පුද්ගලයකුට වනාහි පළමුව අරමුණ ද දෙවැනිව මෙනෙහි කරන සිත තෙවනුව නැවත ඒ වටහාගත් සිතද, යන තුනක් තුනක් ම පෙර පසු නොවී බිඳී යන්නාහ, යි විශේෂයෙන් අවබෝධවෙයි. එසේ වුවද අරමුණ හා මෙනෙහි කරන සිත ද යන දෙක පමණක් පෙර පසු නොවී යුගල යුගලව බිඳී බිඳී යන්නේ යයි පැහැදිළි ව අවබෝධ වේ නම් එපමණක් සෑහෙන බව දැනගත යුතුයි.

අරමුණ හා මෙනෙහි කරන සිත ද යුගල යුගලව බිඳී බිඳී යාමට නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කළ හැකි තත්ත්වයට දියුණු වූ කල්හි කය, හිස, අත, පය ආදී සංඛාර නිමිති, සණ ප්‍රඥප්ති, ද්‍රව්‍ය-පුද්ගල සටහන් නො වැටහී එකින් එකට බිඳී බිඳී යන ස්වාභාවය ම මෙනෙහි වෙමින් අවබෝධ වේ. ඒනිසා සමහර පුද්ගලයෙක් හට මේ භංග ඥාණය පහළවන කල්හි මෙනෙහි කිරීමේන් පලක් නැතැයි ද නිකරුනේ සිටීමක් යයි ද යහපත්

බවක් නැතැයි ද අදහස් වෙයි. එසේ අදහස් නො කළ යුතුයි. සිත වනාහී ගෝචරකොට ඇත්තා වූ සංස්කාර නිමිති, සණ ප්‍රඥප්ති හා ද්‍රව්‍යයන් කෙරෙහි රමණය කරන්නේ වෙයි. ඒ ප්‍රඥප්ති අරමුණු පෙර සේ නො ලැබෙන නිසා සෑහීමක් ඇති නො වේ. නො ඇල්මක් ඇති වේ. භංග ඥානය වැඩීමට පත්වීමෙන් එසේ වැටහීම ඇති වෙයි. භාවනාව ළදරු අවස්ථාවේ පෙනීම, ඇසීම, දැනීම පුද්ගල සටහන් ආදී ප්‍රඥප්ති අරමුණු පළමු කොට ප්‍රකට වෙති. මේ භංග ඥානය දියුණුවට පත්වීමේ දී එකින් එකට නිරුද්ධ වන්නා වූ නාම -රූප ස්වභාවය ම පළමුව ප්‍රකට වේ. නැතිවන්නේය. අතුරුදහන් වන්නේය. අභෝසි වන්නේය යයි විදර්ශනා වශයෙන් අවබෝධ කර ගන්නා වූ ඥානය පළමුකොට පහළ වෙයි. නැවත නැවතත් කල්පනා කරන්නේ නම් පුද්ගල සටහන් ආදී ප්‍රඥප්තිය දැන ගැනීමට හැකි වෙයි. කල්පනා නො කොට මනසිකාරය ම නිරන්තරයෙන් මෙනෙහි කරන්නේ නම්, ප්‍රඥප්ති අරමුණු මිශ්‍ර නො වී ප්‍රකට නො වී නිරුද්ධ වන්නා වූ පරමාර්ථ ස්වභාවයෙහි ම පිහිටන්නේය. එනිසා " ප්‍රඥප්තිය මතු වූයේ නම්, පරමාර්ථය සැඟවේ. පරමාර්ථය මතු වූයේ නම් ප්‍රඥප්තිය සැඟවේ යයි" කියන පණ්ඩිත වචනය ඒකාන්ත සත්‍ය බව අවබෝධ වෙති.

මනසිකාරය බොහෝ සෙයින් දියුණු කල්හි පළමු මෙනෙහි කිරීම හා පසුව මෙනෙහි කිරීම අතර දුරස්තයක් අන්තරයක් ඇතැයි ද සිතේ, පැහැදිළි වේ. ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥානය ඉතාමත් සීඝ්‍රව වැඩෙමින් පවත්නා බැවින් පෙර පසු වීථීන්ගේ අතරයෙහි වූ භවාංග සිත් කාලය වැටහීම බව දැනගත යුතුය. නැමීමට දිගහැරීමට සිතූ සිත මෙනෙහි කොට දැනගත් නිසා ඒ සිත නිරුද්ධ වී ගිය බැවින් වහාම නැමීමට දිගහැරීමට නො හැකි වෙයි. වැඩි වේලාවකින් පසුව හැකිවෙයි. එසේ වනුයේ මෙනෙහි කරන විදර්ශනා ඥානය ඉතා යහපත්ව සීඝ්‍රව පවත්නා බැවිනි. මෙබඳු කාලයෙහි මූලික භාවනා අරමුණ ස්වල්ප වේලාවක් මෙනෙහි කිරීම නවත්වා සදොරෙහි ප්‍රකට වන්නා වූ නාම-රූප ස්වභාවයන් ද පතුරුවා මෙනෙහි කරන්න.

පතුරුවා මෙනෙහි කරන ආකාරය

පිම්බෙනවා - හැකිලෙනවා - හිඳිනවා ආදී වශයෙන් පෙර ලෙස මෙනෙහි කොට නුවණ වැඩි දියුණු වූ කල්හී මුළු සිරුරෙහි පැහැදිළි වන්නා වූ හැපීම්-දැනීම් සියල්ල ද ඇසීම්, පෙනීම් ආදිය ද පහළ වී යන පිළිවෙලින් මෙනෙහි කිරීමේදී නො පැහැදිළි වීමක් හෝ සිත විසිරි යාමක්

හෝ වෙහෙසක් හෝ ඇති වේ නම් පිම්බීම-හැකිලීම-හිඳීම ආදී පෙර පුරුදු අරමුණ ම නැවත මෙනෙහි කරනු. නැවතත් නුවණ යහපත් වූ විට නැවත ද පහළවන, පහළවන අරමුණු ගෙන එසේ ම පතුරුවා මෙනෙහි කරනු. මේ නය ක්‍රමයෙන් වරින් වර පතුරුවා මෙනෙහි කළ යුතුයි. අනුපිළිවෙලින් තොරව පතුරුවා පතුරුවා යහතින් මෙනෙහි කළ හැකි කල්හි බොහෝ වේලාවක් මෙනෙහි නො කළේ නමුත් ඇසෙන ශබ්ද පෙර පසු නොවී කොටස, කොටස වහා වහා නැති වේවී යන්නේ යයි ප්‍රත්‍යක්ෂ වේ. පෙනෙන පෙනෙන සියල්ල ද, එකින් එකට නිරුද්ධ වේ යැයි අවබෝධ වේ. එය "**යථා භූත ඥාණයයි**".

ඇතැම් යෝගාවචරයෙක් හට හොඳ හැටි බලා සිටියත් හැම අරමුණම පැහැදිළිව නොපෙනී එකින් එකට පහළවීම ම පැහැදිළිවන බැවින් හොඳ හැටි නොපෙනේ. "ඇස දුබලයි" අන්ධකාරයක් ඇතිවූවා'යි සිත්වේ. ඇසේ දුබලකමක් හෝ අන්ධකාරයක් හෝ නොවෙයි. ස්වභාව ධර්ම වශයෙන් පළමු පෙනීම හා පසුව පෙනීම අතර වටහාගත් විදර්ශනා ඥානයට යහතින්ම අවබෝධ වන බැවින් ප්‍රඥප්ති අරමුණ නොපෙනී ඇති සැටියෙන් දැකීමකි.

එබඳු කාලයෙහි මෙනෙහි නොකොට "ටිකක් නවතිමි" යි නැවතුනේ නමුත් නාම-රූප සංස්කාරයෝ පෙනෙමින් ම, මෙනෙහි වෙමින් ම පහළවෙමින් පවතී. ඒ සංස්කාරයන් ඉබේ ම නුවණට අසුවේ. ඒනිසා නිදා ගත්තේ ද නින්ද නොයා රෑ දහවල් සුවසේ ඉකුත් වේ. නින්ද නො යාම ගැන කණගාටු නො වෙනු. ඉන් අයහපතක්, රෝගයක්, ආබාධයක් හට නො ගනී. නො කඩවා මෙනෙහි කරනු. මේ නුවණ ඉතා දියුණුවට පත්වූ කල්හි මෙනෙහි කරන සිත අරමුණකට පැන පැන යමින් පවත්නා සැටි ද අවබෝධ වේ.

අරමුණ හා මෙනෙහි කරන සිත නිරන්තරයෙන් එකවරට නිරුද්ධ වී යාම මනාව අවබෝධ වන අවධියේ දී මෙබඳු ආවර්ජනා අදහස් පහළ වේ. ඇසිපිය හෙලන ක්ෂණයක්, විදුලිය කොටන ක්ෂණයක් තරම්වත් නො නැවතී අනිත්‍යයට යන්නාහයි ද මෙනෙහි නොකර සිටියා වූ කාලයේ ද, දැන්මෙන් නිරුද්ධ බවට ගියහ. මත්තෙහිත් දැන්මෙන් නිරුද්ධ බවට යන්නාහ යයිද අදහස් වේ. ඒ අදහස්ද දැඩිව මෙනෙහි කරනු.

තවද මනසිකාරයන්ට අතරෙහි, අතරෙහි බියජනක අදහස් ද, පහළ වේ. ඒ මෙසේය. නොදැනීම හේතුවෙන් ම ලොව ඇලීම ඇතිවේ. එක එක

නැති වෙවී යාම ම වහා වහා පවත්නා බැවින් සංස්කාරයෝ බිය ජනකයෝ ය. ඔවුන්ගේ බිඳෙන, බිඳෙන කවර හෝ ක්ෂණයකදී මරණයට පත්වන්නේ ය. මේ භවයේ පළමුවෙන් ම ඉපදීම ද භයානකය. නිරන්තරයෙන්, අතරක් නො හැර ම බිඳි-බිඳි පවත්නා මොවුන්ගේ පුන පුනා ඉපදීම ද භය ජනක ය. සත්ත්වයෙක්-ද්‍රව්‍යයක් ද නොමැතිව සත්ත්ව-ද්‍රව්‍යයක් ඇත්තා සේ පහළ වී පෙනීම ද භයානක ය. දුකක් ම වූ මොවුන් සැපවත් කිරීම සඳහා මෙසේ උත්සාහ ගැනීම ද මොවුන් මතු මත්තෙහි ජීවත් කරවීම ද භය ජනක ය. මතු භවයක ඉපදීම ද මේ බිඳෙන ධර්මයන් ම මතු භවයන්හී ඉපදීමත් භයානක ය. ජරාව, ව්‍යාධිය, මරණය, ශෝක වීම, හැඬීම, වැළපීම හා අධික ලෙස චිත්ත වේදනා වීම නම් වූ උපායාසය ද භය ජනක යයි අදහස් පහළ වේ. මේ අදහස් සිත සිතා නො සිට දැඩිව සිහිය යොදා මෙනෙහි කරනු. එවිට යෝගාවචරයාගේ සිත අසරණ අනාථ බවට පත්වූවෙකුගේ මෙන් පවතී. පැහැදිළි බිඳි බිඳි යන්නා වූ නාම-රූපයන් භය දෙන්නවුන් සේ වැටහේ. සතුටුවිය යුත්තක් නැති බවද වැටහේ. කණගාටුව හා කළකිරීමක් ඇති වේ. සිත කලකිරවා නො ගනු. ධර්ම ස්වභාවයෙන් ඥානයාගේ දියුණුවට පැමිණීමකි. බිය විය යුතු ධර්මයන් විදසුන් නුවණින් දැනගෙන උපෙක්ෂා චිත්තයේ දුකක් කණගාටුවක් නොමැතිව මධ්‍යස්ථ බවට පැමිණේ. එන එන අදහස් ද මෙනෙහි කොට එන එන පරිදි නිරතුරුව ම මෙනෙහි කරන්නේ නම් වැඩිවේලා නොගොස් වහාම අතුරුදහන් වී යන්නාහ. එසේ වුවද මෙනෙහි නො කොට බොහෝ වේලාවක් අදහස් පහළකරමින් සිටියේ නම් දොම්නස ඇතිවී නැවත භය ම පහළ වේ මෙසේ නැවත නැවත භය පහළවීම් විදර්ශනා ඥානය නො වේ. එනිසා දොම්නස් කණගාටු ඇති නො කොට පහළවන අදහස් නො කඩවා මෙනෙහි කරනු.

තවද මෙනෙහි කරන අතරේදී ආදීනව වැටහීමෙන් මතුවී එන ආවර්ජනා ඇත. එම අදහස් මෙනෙහි කරන්නේ මෙසේය. මේ නාම - රූපයෝ වනාහී වහා වහා බිඳී බිඳී අනිත්‍ය බවට යාම ද යහපතක් නොවේ. මේ ආත්මභාවයේ මුලින් ඉපදීමත් යහපතක් නො වේ. නිමාවක් නොමැතිව නිරන්තරයෙන් ඇතිවීමද, යහපතක් නො වේ. සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් ද්‍රව්‍යයක් නොමැතිව ම සත්ත්ව පුද්ගල ද්‍රව්‍යයන් ලෙස පහළ වී ඒමත් යහපත් නො වේ. සැපවත් වීම සඳහා උත්සාහ කිරීමද යහපතක් නො වේ. මතු භවයක ඉපදීමට වීමත් සුවයක් නො වේ. ජරා, ව්‍යාධි, මරණ, ශෝක,

හැඬීම්, වැළපීම්, අධික සිත් තැවුල් වීමත් යහපත් නො වේය. සියල්ලම දුක් ගොඩකි. මේ අදහස් ආවර්ජනා නුවණින් මෙනෙහි කරනු. එවිට මෙනෙහි කරනු ලබන නාම -රූප හා මෙනෙහි කරන චිත්ත චෛතසිකයන් ද ඉතාමත් ඖදාරික යයි කටුක, කර්කශයයි ද අදහස් ඇති වේ. කිසිවක් ම සාත බවක්, මිහිරි බවක් නැතැයිද අදහස් වේ. ඇතිවීම- නැතිවීම සමඟ පිළිකුල් කළයුතු අසුභයක් යයි ද අදහස් ඇතිවේ. මුළු කය ම පූති බව, අපවිත්‍ර, ජරා, ජීර්ණ බව ඇත්තෙකැයි ද අදහස් වේ. සීඝ්‍රයෙන්ම බිඳෙන සුලු යයි වැටහේ.

ඒ අවධියේදී නාම-රූපයන් ඉපදී එන අයුරෙන් මෙනෙහි කළේ නමුත් යෝගාවචරයාගේ සිත ඒ නාම - රූපයන්හී ඇල්මක් නොකරයි. මනසිකාරයක් පාසා ම නාම- රූපයන්ගේ නැතිවීම වෙන් වෙන් වශයෙන් දැක දැක විදර්ශනාව හොඳින් පැවැත්වූයේ නමුත් පෙර ම මෙන් සතුටක් ඇති නො වේ. නිබ්බිදාව ම-කළකිරීම ම ඇතිවේ. එනිසා මෙනෙහි නො කරනු කැමැත්තාක් මෙන්- උදාසීන වූවාක් මෙන් සිටී, එහෙත් මෙනෙහි නො කර සිටිය නො හැකි වේ. මෙනෙහි කරමින් ම සිටී. උපමාවක්:- අසුචි, මඩ ආදියෙන් අපවිත්‍ර වූ මාර්ගයක, අන් යාහැකි මඟක් නැති නම් පියවරක් පාසා ම පිළිකුල්ව යන්නාක් මෙනි. ගමන් නො කර නො සිටිය හැකි ද වේ. ගමන් කරන්නට ම සිදුවේ. මෙයද එබඳුය. එවිට මිනිස් ලෝකය ගැන කල්පනා වූයේ නම් ක්ෂණයක් පාසා බිඳී බිඳී යන නාම - රූපයන් හැර වෙන කිසිවක් නොමැති බව දන්නා බැවින් කිසියම් මනුෂ්‍යත්වයක් ගැන කිසියම් ස්ත්‍රී, පුරුෂ තත්ත්වයක් ගැන හෝ කිසියම් රජ බවක්, සිටු බවක් ගැන හෝ අභිරතියක්- ඇල්මක් නො දකී. කළකිරීම් සහගත වූ ම අදහස් පහළ වේ. දිව්‍යලෝක, බ්‍රහ්මලෝක ගැන හෝ ආවර්ජන කළේ ද? එසේම ස්වභාවය වටහා ගත් බැවින් නිර්වේදය ම කළකිරීම ම ඇති වේ.

කළකිරීම ඇති වූ බැවින් මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ම සිත මෙනෙහි කරනු ලබන නාම - රූප සංස්කාරයන් කෙරෙන් දුවගොස් මිදී යාමට මෙන් අදහස් ඇති වේ. දැකීම, ඇසීම, හැපීම, ආවර්ජනා කිරීම, හිඳීම, නැගිටීම, නැමීම, දිග හැරීම, මෙනෙහි කිරීම, ආදී මේවා කිසි සුභයක් නොමැත්තේය. මේ සියල්ල ඉවත් කිරීමක් වේ නම් යහපතකි. මේවා නැති තැනකට මිදීයාමට ඇත්නම් මැනවයි යනාදි වශයෙන්ද සංස්කාරයන්

කෙරෙන් මිදීමට කැමති අදහස් ඇති වේ. එවැනි අදහස් ද සිතමින් පමණක් නො සිට විදර්ශනා කරනු.

"මේ නාම-රූපයන්ගෙන් සම්පූර්ණයෙන් මිදීයාම පිණිස කුමක් කරන්නෙම්ද"යි මෙනෙහි කරන කල්හිද. අසුභයක් අයහපතක් බව ම ඇති වේ යයි කල්පනා වේ. අයහපත් යන තීරණයට ද, පැමිණේ, මේ සියල්ල මෙනෙහි නො කොට සිටීම යහපතක් යයි ද අදහස් වේ. ඒ අදහස් ද මෙනෙහි කරනු.

ඇතැම් කෙනෙක් වනාහි එබඳු අදහස් ලැබෙන පරිද්දෙන් මෙනෙහි නො කර හරිත්. මෙනෙහි නො කර හැරියේ නමුදු දැකීම, ඇසීම, පිම්බීම, හැකිලීම. හිඳීම, නැමීම, දිග හැරීම, සිටීම ආදී නාම-රූප සමූහය නො නවත්වා ඉපදී ඉපදී පහළ වනු ම ඇත. මෙනෙහි කරන්නාවූ විදර්ශනා බලයෙන් ප්‍රකට නො වී නො සිටී. ප්‍රකට වෙමින් පහළ වන්නේ ම වෙයි. ප්‍රකට වන්නාවූ ඒ නාම -රූපයන් විදර්ශනා කිරීම ද ඉබේ ම නො කඩවා පවතී. එනිසා මෙබඳු වැටහීම් ස්වභාව ඇතිවේ. මෙනෙහි නො කෙළේ නමුදු නාම රූපයෝ ඉපදී ඉපදී පහළ වන්නාහ. ප්‍රකට වීමද, ඇත්තේ ම ය. විදර්ශනාවෙන් දැනීම ද නිරතුරුව ම දැන ගැනීමට පැමිණෙති, එනිසා මෙනෙහි නොකර සිටීමෙන් මේ නාම-රූපයන් කෙරෙන් මිදීමක් නො වන්නේ ය. මේවා ඉවත දැමීමක් අතහැර දැමීමක් නො වන්නේ ය. පිළිවෙලින් මෙනෙහි කොට අනිත්‍ය - දුකඛ - අනාත්ම බව හොඳහැටි අවබෝධ වීමෙන් මේවාට ගරු නො කොට මධ්‍යස්ථ විය හැකිය. මොවුන්ගේ නිරෝධය වූ නිර්වාණය ද අවබෝධ කළ හැකිය. ඒ කාලයේ ම ඉතාමත් ශාන්ත බවට, නිවීම් බවට, සැනසීම් බවට යන්නේ යයි සත්‍යය වැටහීමෙන් මෙනෙහි කිරීම ම නැවතත් කරන්නේය. දැනුම අඩු පුද්ගලයෝද, ගුරු උපදේශ අනුව සත්‍ය වටහා ගෙන නැවතත් මෙනෙහි කරන්නාහ.

මෙසේ පෙර පරිද්දෙන් නැවත මෙනෙහි කොට නුවණ දියුණු කල්හි ඇතැම් පුද්ගලයකුට ඉවසිය නො හැකි බොහෝ වේදනාවෝ පහළ වෙති. සිත දුබල නො කරගනු. **දුකඛතො**- දුක් වශයෙන්, **රොගතො**-රෝග වශයෙන් **ගණ්ඩතො** - ගඩුවක් වශයෙන්, **සලලතො**- උල් වශයෙන්, **අඝතො** - පාප වශයෙන්, **ආබාධතො** - පීඩාවක් වශයෙන් යනාදී වදාළ පෙල වචනයට අනුව දුකක් මෙන්. රෝගයක් මෙන්ද, පහල වෙවී දැනීම, දුක්ඛ ලක්ෂණය විශේෂයෙන් පැහැදිළි වීමකි. සම්පූර්ණයෙන් අතුරුදහන් වනතුරු මෙනෙහි කරනු.

මෙබඳු බලවත් දුක් වේදනා මතු නො වූවත්, අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ලක්‍ෂණ 40 අතුරෙන් එක එක සුදුසු පරිද්දෙන් මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ප්‍රකට වෙති. මෙසේ ප්‍රකට ව වික්ෂේපයක් නොමැති ව මනා ව මෙනෙහි කළේ නමුදු යෝගාවචරයා වනාහී මෙනෙහි කිරීම හරි නැතැයි කියා ම අදහස් කරයි. අරමුණ හා මෙනෙහි කිරීමේ සිත හොඳ හැටි නො ගැළපී ඇති වෙවී නැති වෙවී පවතී යයි ද අදහස් වෙයි. මේ වනාහී නාම-රූපයන්ගේ අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ලක්‍ෂණ වෙන් වෙන්ව අවබෝධ කර ගැනීම නිසා සෑහීමකට පත් නො වීමකි. මෙසේ සෑහීමකට පත් නොවූ බැවින් නා නා විධ වෙනස් කිරීම් ගැන සිත් වේ. හිඳගෙන භාවනා කිරීමෙන් හරි නැතැයි සිතා සක්මන් කිරීමට සිත් වෙයි. ඇවිදීමෙන් භාවනා කළේ නම් හරි නැතැයි සිතා වාඩි වීමට සිතෙයි. නැවතත් හරි නැතැයි සිතා අත් පා වෙනස් කිරීමට සිතෙයි. වරක් සයනය කිරීමට ද, හාන්සිවීමට ද සිතෙයි. මෙසේ ඉරියව් අත් පා ආදිය මාරු කරමින්, වෙනස් කරමින් මෙනෙහි කළේ නමුදු කිසිම ආකාරයකින් කවර ඉරියව්වකින් වත් වැඩි වේලාවක් භාවනා කළ නො හැකි වේ. වහ වහා වෙනස් කරන්නේ ම වේ. පසු බට නො වෙනු. සිත දුර්වල කර නොගනු.

නාම-රූප සංස්කාරයන් ආශ්වාදනය කිරිමක් නැතිව තත්ත්වාකාරයෙන් අවබෝධ කරගත් බැවින්ද සංස්කාරෝපේක්ෂා ඥානය මෙන් මධ්‍යස්ථය මෙනෙහි නොවන බැවින් ද, මෙනෙහි කිරීම - භාවනාව යහපත් බවට පැමිණියේ නමුදු "යහපත් නැතැයි" "හරි නැතැයි" වැටහීමෙන් සෑහිමකට තෘප්තියකට පත් නො වීම කි. මාරුකිරීමක් වෙනස් කිරීමක් නොමැතිව එකම ඉරියව්වෙන් යුතුව වැඩි වේලාවක් භාවනා කිරීමට උත්සාහවන්ත වෙනු. වැඩි වේලාවක් නො ගොස් භාවනාව හොඳට කරගත හැකි වන්නේය. නො පසුබට ව මනා ව මෙනෙහි කරන්නේ නම් භාවනා සිත එකින් එකට ගැළපී පැහැදී එන්නේය. අවසානයේදී වැටහීම් වශයෙන් පැමිණී අදහස් සියල්ල නැති වී යන්නේය.

සංස්කාරයන් ගැන විශේෂ ව්‍යාපාර කිරීමක් නොමැති ව මධ්‍යස්ථ ව භාවනා කළ හැකි තත්ත්වයට සංඛාරෝපේක්ෂා ඥානය වැඩීමට පත්වූ කල්හි මෙනෙහි කරන සිත ඉතාමත් ප්‍රසන්න බවට පැමිණෙයි. ඉතාමත් සියුම් බවට පැමිණෙයි. මෙසේ දියුණුවට පැමිණි කල්හි ඉබේ ම අවබෝධ වෙවී පවත්නේ යයි වැටහෙයි. ඉතාමත්ම සියුම් බවට පැමිණයාවූ නාම-

රූප රාශියද විශේෂ ව්‍යාපාර නොමැතිව ම අවබෝධ වෙවී පවතියි. අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ස්වභාවයන් ගැන ද වැඩි කල්පනා කිරීමක් ඇති නො වේ. ප්‍රකට වශයෙන් වැටහී, වැටහී පවතී, බොහෝ මෙනෙහි කරන්නේ නම් මුළු ශරීරය අතුරුදහන්වී කුඩා ස්පර්ශයෝ ම එකින් එකට වැටහෙමින් පවතී. පුළුන් රොදක් හැපෙන්නාක් වැනි වූ ද, ඉතාමත් සියුම් වූ ස්පර්ශයන් පහළ වී දැනෙති. සමහරවිට ශරීරය අවට-හාත්පසින් ම සියුම් වූ කුඩා ස්පර්ශයන් පහළ වී සියල්ල ම එකවරට ඉතා හොඳින් අරමුණු වෙති. සමහරවිට සිත කය අහසට පැන නඟින්නාක් මෙන් ද දැනේ. ඇතැම් විට මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණු ඉතා කුඩා බවට පැමිණ ඉතා ශාන්ත ආකාරයෙන් මෙනෙහි වේ. ඇතැම් විට පිම්බීම-හැකිළීම-හැපීම-ඇසීම ආදිය සහ මුළු කයම නැතිවී, සිත පමණක් ඇති වෙමින් පවත්නා සැටි මෙනෙහි වේ. ශරීරයෙහි සියුම් දියබිඳු ඉසින්නාක් මෙන් ප්‍රීතියද පහළ වේ. සංසිඳීම් ලක්‍ෂණ ඇති පස්සද්ධිය පහළවීම ද දැනේ. වලාකුළු නැති අවකාශය සේ ඉතා පිරිසිදු ආලෝකය ද පහළ වේ. මේ විශේෂ වැටහීම් පහළ වීමෙන් පෙරදී මෙන් අධික සන්තෝෂයක් හට නො ගනී. එහෙත් විදර්ශනා නිකාන්තිය (සියුම් ආශාව) නම් පහළ වේ. එම නිකාන්තිය ද මෙනෙහි කරනු, ප්‍රීති, පස්සද්ධි, ආලෝක ආදිය ද මෙනෙහි කරනු. මෙනෙහි කිරීමෙන් නැති නොවූවේ නම් ඒවා ගැන උපෙක්‍ෂකව මධ්‍යස්ථව එන එන අරමුණු මෙනෙහි කරමින් ගත කරනු.

මේ සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණ අවස්ථාවේදී මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණු සියල්ල හා මෙනෙහි කරන සිත් සියල්ලද "මම නො වේ" "මගේ නො වේ" යයි ද අන්කෙනෙකු නො වේ ය - අන් කෙනෙකුගේ නො වේ යයිද සංස්කාර ධර්ම මාත්‍රයක් ම යයි ද, සංස්කාර ධර්මයෝ සංස්කාර ධර්මයන් විදර්ශනා කරත් යයි ද, මෙබඳු අවබෝධයක්, වැටහීමක් පැහැදිළි ව වැටහේ. මෙනෙහි කිරීම ඉතා රසවත් දෙයක් මෙන්, ඉතා යහපත් ම යයි වැටහේ. කොතෙක් කලක් මෙනෙහි කොටත් සෑහීමක්, ඇතිවීමක් නො වෙ යි. කැක්කුම් -වේදනා මහන්සි රිදුම් හා කැසීම් ආදී දුක් වේදනා සියල්ල සංසිඳී ඇත. එනිසා ඉරියවු ද බොහෝ වේලාවක් පවත්වයි. වාඩි වී හෝ හාන්සි වී හෝ එක එක ඉරියවුවෙන් මෙනෙහි කරන්නේ නම් පැය දෙක, තුන තරම් කාලය ගත වුවද, මහන්සියක් නො දැනේ. බොහෝ වේලාවක් ගියේ ද, වේලාව ගත වූ බව නො දැනේ. ටිකවේලාවක්-මොහොතක් භාවනා කරන්නෙමි යි සිතා භාවනා පටන්ගත්තේ නමුත් පැය දෙක

තුනක් කාලය ගත වෙයි. ඒ කාලයේදී ද පටන්ගත් වේලාවේ සිටි කය-හිස අතපය ආදිය පිහිටුවා ගත් ආකාරයෙන් වෙනස් නො වී පවතියි. සමහර විට බර අඩු බවට පැමිණ මෙනෙහි කිරීම ඉතා සැපවත් තත්ත්වයට පැමිණෙයි. එවිට "කුමක් වේදෝ" යයි බියක් වැනි සැකයක් ඇතිවෙයි. ඒ බිය සැකය මෙනෙහි කරනු. ධර්මයෝ ප්‍රකටව එති "හොඳ හැටි එති" යි කියාද කල්පනාවේ. ඒ කල්පනාවද මෙනෙහි කරනු. නුවණ පහළවී එන්නේ යයි ද බලාපොරොත්තු ඇති වේ. බලාපොරොත්තුව ද විදර්ශනා කරනු. මෙනෙහි කොට ද, හීන වීර්ය ද නො කරනු.

සමහර කෙනෙක් මෙබඳු භයවීම්, සතුටුවීම් සියලු ආශාව වූ නිකාන්තිය හා බලාපොරොත්තු වීම ද, මෙනෙහි කළ නො හැකි වීමෙන් මනසිකාරය ඥානය කඩවෙවී පහත වැටෙති. තවත් සමහර කෙනෙක් "භාවනාව මුදුන්පත් කරන්නෙමි" යි සිතා අධික වීර්ය කරති. අධික වීර්යයෙන් භාවනා මනසිකාර පැවැත්වීමෙන් කැඩී කැඩී පරිහානියට වැටෙති. භය-සැකය-නිකාන්තිය-බලාපොරොත්තුව හා අධික උත්සාහය ද නිසා විසිරී ගිය චිත්තය විදර්ශනාවට බැස නො ගන්නා බැවින් අධික ව වීයර්‍ය නො කළ යුතුයි.

ඒ නිසා මනසිකාරය මධ්‍යම තත්ත්වයෙන් පැවැත්වීමෙන් වැඩි දියුණුවට පත්වී එන කල්හී වීයර්‍ය අඩු වැඩි නො කර පෙර පුරුදු ලෙස භාවනා මනසිකාරය යථා ස්වභාවය දකිමින් පවත්වනු. මෙසේ මෙනෙහි කරන්නේ නම් සංස්කාර නිරෝධ සංඛ්‍යාත, නිර්වාණයට පත්වීම එක ගමනින් ම සිදුවන්නේය. එහෙත් සමහර පුද්ගලයෙකුට මේ සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණයේදී වීයර්‍ය අඩු වැඩි වීම වාර ගණන අතිශයින් බහුල වෙයි. සිත පසුබට කර නො ගෙන වැඩි උනන්දුවක් ඇතිකර ගත යුතුයි.

මේ සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය බලවත්ව දියුණුවීම සඳහා සදොරෙහි අරමුණු පහළ වී එන පිළිවෙලින් මෙනෙහි කොට මුළු කයෙහි හසුරුවමින් මෙනෙහි කිරීම ගැන ද සැළකිලිමත් විය යුතුයි. හසුරුවමින් මෙනෙහි කිරීමට කී නමුත් ශාන්තව සියුම්ව-යහපත්ව මෙනෙහි කරන කාලයේදී හසුරුවා මෙනෙහි කළ නො හැකි වෙයි. එනිසා ශාන්ත වූ, සියුම් වූ අරමුණු මෙනෙහි කිරීමට පූර්වයෙන් මෙනෙහි කිරීම ඉතා යහපත් වූ තැන් සිට හසුරුව හසුරුවා මෙනෙහි කරනු.

අඩු වැඩිවන ආකාරය

පිම්බීම, හැකිලීම, හිඳීම, ආදී යමක් හෝ යම්කිසි කායික පැවැත්මක් හෝ සිත පිළිබඳ ස්වභාවයක් හෝ මෙනෙහි කරන්නේ නම් මනසිකාරය නොබෝ වේලාවකින් යහපත් බවට දියුණුවට යන්නේය. අධික උත්සාහයක් නොමැති ව ඉබේ ම ශාන්ත ව, සියුම් ව අවබෝධය එන්නාක් මෙන් පවතියි. එකින් එකට නිරුද්ධ වන්නා වූ සංස්කාරයෝ බාධකයක්-අවහිරයක් නොමැති ව පිළිවෙලින් පැහැදිළි ව වැටහෙමින් පවතියි. එබඳු කාලයේ කෙළෙස් පහළ විය හැකියි. අරමුණු ගැන ස්වල්ප මාත්‍රයක්වත් සිත නොයයි. කොපමණ ඇළුම් කටයුතු ඉෂ්ටාරම්මණයක් පැමිණියත් සුභ වශයෙන් නො බලයි. නො සිතයි. කොපමණ අයහපත් අනිෂ්ටාරම්මණයක් පැමිණියත් ද්වේශ වශයෙන් නො බලයි. නො ගැටෙයි. පෙනීම් මාත්‍රයෙහි. පිහිටයි. ඇසීම් මාත්‍රයෙහි, ආඝ්‍රාණ මාත්‍රයෙහි රස විඳීම් මාත්‍රයෙහි ස්පර්ශ මාත්‍රයෙහි, සිතුවිලි මාත්‍රයෙහි පිහිටයි. හතරවන පරිච්ඡේදයෙහි දක්වූ පරිදි සදොරට ලැබෙන අරමුණු ගැන මැදහත් බව නම් වූ **ෂළංගුපෙක්ඛාව** මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ප්‍රකට ව පහළ වෙමින් පවතියි.

තවද, යටත් පිරිසෙයින් "මම වාඩිවෙන්නෙමි"යි කියා ද වාඩිවී බොහෝ වේලාවක් වූයේ ය"යි කියා ද, "කොතරම් වේලාවක් වූයේය"යි කියා ද මෙබඳු කල්පනා කිරීම් පමණක්වත් ඇති නොවී සමාධිය තැන්පත් බව පවතියි. එයට වඩා වෙනත් කල්පනාවන් පහළ නො වන බව කිය යුතු නො වේ. එසේ වුව ද මාර්ගයට පැමිණීමට හැකිවන පරිදි නුවණ බලවත්ව නැත්තේ නම් පැයක්, දෙකක්, තුනක් පමණ කාලය ගත වීමේදී උත්සාහය අඩුවී අදහස්-කල්පනා පහළ විය හැකියි. එවිට භාවනා මනසිකාරය කඩවෙවී පහත වැටීමට පත්වෙයි. එසේ නැත්නම් භාවනාව ඉතා උසස් බවට පත්වී මනසිකාරය යහපත්ව පවත්නා විට "ඥාණය ලැබෙනවා ඇතැයි" බලාපොරොත්තු ඇතිවෙයි. සතුට ද ඇතිවෙයි. එසේම, පහත ද වැටී පිරිහෙයි. මේ කල්පනාවීම්, බලාපොරොත්තුවීම්, සතුටුවීම් ද නො පමාව මෙනෙහි කරනු. නැවතත් ගරු කොට මෙනෙහි කිරීමෙන් පෙර ලෙස ම යහපත් බවට පැමිණෙයි. නුවණ වැඩීමට පත් නො වූයේ නම් බොහෝ වේලාවකදී නැවතත් මනසිකාරය කැඩී කැඩී පරිහානියට පත්වෙයි. මේ ක්‍රමයෙන් ඇතැම් පුද්ගලයකුට භාවනාව නැගීම හා බැසීම බොහෝ වාර ගණනක් ම ඇතිවෙයි. විදර්ශනා ඥාන පරම්පරාව ගැන

අසා වටහාගත් යෝගාවචරයන්ට මෙබඳු අඩු වැඩි වීම් ඉතා බහුලව සිදුවේ. ඒ නිසා ගුරුවරයෙකු ඇසුරුකොට භාවනා වඩන්නේ නම් ඤාණ පිළිවෙල අසා නො ගැනීම ඉතා හොඳ ය. මෙසේ දියුණුව හා පිරිහීම් ආකාර කොතරම් අධිකව ඇති වූවත් සිත දුර්වල කර නො ගනු. මාර්ග ඵලයන්ට ඉතාමත් ආසන්න ය. ශ්‍රද්ධා- වීර්‍ය්‍ය-ස්මෘති- සමාධි- ප්‍රඥාවන් සම සමව බලවත් බවට පත්වූයේ නම්, එක් මාත්‍රයක් තුළදී මඟ ඵල, නිවන් පසක් වීම සිදුවේ.

නිර්වාණය අරමුණු වන ආකාරය

මෙසේ අඩුවැඩි වෙමින් පවත්නා විදර්ශනා ඥානය වනාහී, නාවිකයන්ගේ දිසා කාකයාට උපමා කළ හැකිය. ඒ මෙසේය. අතීතයේ සමුද්‍ර යාත්‍රා කරන නාවිකයෝ වෙරළ හා ගොඩබිම දිසාවෙන් තේරුම් ගැනීමට නො හැකි අවස්ථාවන්හිදී නැවෙන් ගෙන ගිය දිසා කඩුවන් මුදාහැර බලා සිටිති. එම දිසා කවුඩෝ නැවෙන් පියාඹා සිවුදිග ගොඩ බිම් සොයා යති. ගොඩ බිමක් සොයා ගත නො හැකි වූයේ නම් නැවතත් නැවට ම එති. නිර්වාණය ප්‍රත්‍යක්ෂ කිරීමට මාර්ග ඥානය ලැබීම සඳහා විදර්ශනා ඥානය වැඩි දියුණුවට පත් නො වී නැවත නැවත පහත වැටීම වනාහි ගොඩබිම සොයා ගැනීමට නො හැකි වන්නා වූ මේ දිසා කවුඩන් නැවට ආපසු පැමිණීම හා සාමානය. ගොඩ බිම දක්නා ලද නම් ඒ දිසා කවුඩෝ නැවට ආපසු නො එන්නාහ. ඒ ගොඩ බිම දිසාවට ම වේගයෙන් යන්නාහ.

මෙසේම මේ මනසිකාර විදර්ශනා ඥානය ද ඉන්ද්‍රියය ධර්ම පස් දෙන බලවත් වූ කල්හි මනසිකාරය විශේෂයෙන් යහපත් වී එකින් එකට ම ඉතාමත් පැහැදිළි බවට පත් වී අන්තිමේදී තුන්, සතර වාරයකින් ම මෙනෙහි කිරීමෙන් හැපීම, දැනීම, ඇසීම, පෙනීම, විදීම, ආඝ්‍රාණය කිරීම යන මේ සංස්කාර හය අතුරෙන් (මේ වනාහි වැටහෙන ආකාර සළකා ගෙන කියන ලදී.) මේ මොහොතේ ප්‍රකට වී එන්නා වූ උදයව්‍ය සංස්කාර මෙනෙහි කිරීමත් සමග ඒකක්ෂණයෙහි ම "මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණ හා මෙනෙහි කරන සිත ද" යන සංස්කාර සියල්ල සම්පූර්ණයෙන් නිරුද්ධ වන්නා වූ ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් දකින්නා වූ මාර්ග ඵල අවබෝධයට පත්වන්නේය.

මෙසේ අවබෝධයට පත්වන්නා වූ උතුමන්ට වනාහි අවබෝධයට ආසන්නයේදී පෙරටුව මෙනෙහි කරනු ලබන අරමුණු එකින් එකට අතිශයින් ප්‍රකට වෙමින් පැවතුනහ. අවසාන මනසිකාරයට අනතුරුව ම සංස්කාර අරමුණු සියල්ල අතහැර සංස්කාර නිරෝධය වූ නිර්වාණ අරමුණට පැමිණීම ද ඉතාමත් පැහැදිළි වේ. ඒ නිසා ම මෙසේ අධිගමනයට පත්වන්නෝ මෙබඳු වැටහීම් ප්‍රකාශ කරති.

"අරමුණු සහ මෙනෙහි කළ නාමයෝ ද ක්ෂණයකින් සිඳී ගියාහ. තියුණු ආයුධයකින් මානෙල් දඬුවක් සිඳී ගියාක් මෙනි. ඔසවා ගත් මහා බරක් බිම වැටුනාක් මෙන් අරමුණුත් සිතත් සියල්ල වැටී ගියාහ"යැයි ද කියති.

"හිරවී සිටිය කරදර සහිත තැනකින් වහා ම මිදීගියාක් මෙන් නාම-රූප සංස්කාරයන් කෙරෙන් වහා ම මිදී ගියේ" යයි ද.

"අරමුණත් මෙනෙහි කළ සිතත් නැතිවූයේ, දැල්වෙමින් තිබුණ පහන් දැල්ලක් නිවෙන්නාක් මෙන් ඉතාමත් පැහැදිළි ව පෙනී ගියේය" යි ද,

"අන්ධකාරයකින් ආලෝකයකට වහා ම ගියාක් මෙන් මෙනෙහි කරනු ලැබූ අරමුණත්-සිතත් මාරුවී ගියේය" යි ද "අවුල් ජාලාවකින් මිදී නිරවුල් තැනකට පත් වූවා සේ අරමුණු හා සිත මාරුවී ගියේය" යි ද දියේ ගිලුනාක් මෙන් ආරම්මණයෝ ද මෙනෙහි කළ නාමයෝ ද ගිලුනාක් මෙන් වුවාහු ය"යි ද

"අරමුණත්, මෙනෙහි කළ නාමත් නැතිව ගියාහ" යි ද, මේ ආදී වශයෙන් වැටහී ගිය දේට අනුරූපව ප්‍රකාශ කරන්නාහ.

සංස්කාර නිරෝධ ස්වභාවය ප්‍රත්‍යක්ෂ වන්නාවූ ඒ මොහොත වනාහි දිගු කාලයක් වැඩිවේලාවක් නොවේ. එක් වරක් මෙනෙහි කරන කාලය තරම් ඉතා කෙටි එක් ක්ෂණ මාත්‍ර කාලයකි. ඉන්පසු ඒ ප්‍රත්‍යක්ෂය ගැන නැවත ආපසු ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීමක් සිදුවේ.

අරමුණත්-මෙනෙහි කළ නාමත්. නිරුද්ධ වී නිවීමට ගිය විශේෂ අවස්ථාවක් යයිද, මාර්ග-ඵලය-නිර්වාණය යයි ද ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කෙරෙයි. ධර්ම ඥානය ඇත්තාවූ සමහර කෙනෙක් වනාහි සංස්කාරයන් නිරුද්ධ වී නිවීමට යන ස්වභාවය නිර්වාණය යයි ද, නිවීම අවබෝධ කරන්නා වූ ප්‍රත්‍යක්ෂ කරන්නා වූ ධර්මය, මාර්ගය හා ඵලය යයි ද "මම නිර්වාණය ප්‍රත්‍යක්ෂ කර ගත්තෙමි යයි" ද, "සෝවාන් මාර්ග ඵලයට පැමිණියෙමි" ය

ද ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කළා වූ ආර්‍ය්‍ය පුද්ගලයන්ගේ ආපසු ආවර්ජනා කිරීමකි. තවද, ප්‍රහාණය කළා වූ ක්ලේශයන් ද, ප්‍රහීන නො කළා වූ ක්ලේශයන් ද ඇතැම් ආර්‍ය්‍ය පුද්ගලයෙක් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරන්නාහ. ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කොට වර්තමාන වශයෙන් පහළ වී එන නාම-රූප පරම්පරාව නුවණින් දැක දැක මෙනෙහි කරන්නාහ. එවිට නාම-රූපයන්ගේ ඉපදීම හා නැතිවීම එකින් එකට පහළ වෙමින් ප්‍රකට වේ. මුල හා අග හෙවත් ඉපදීම හා නැතිවීම යන මේ දෙක පැහැදිළි ව ප්‍රකට වෙයි. එනිසා භාවනාව අඩුවී පිරිහීමට පත් වූයේ යයි කල්පනාවක් ඇති වෙයි. සැබැවින් ම උදයව්‍යය ඥානයට ආපසු පැමිණීම නිසා මුලට ගිය බව ඇත්තකි. එය උදයව්‍යය ඥානය බැවින් වර්ණ ආලෝක හා සටහන් නිමිති අරමුණු ද මතු වී පෙනෙති.

සමහර කෙනෙක් හදිසියෙන්ම මුල සිට මෙනෙහි කිරීමේ දී අරමුණ හා මනසිකාරය යුගල යුගලව මෙනෙහි කිරීමට නො හැකි වෙති. ඇතමෙකුට කුඩා කුඩා දුක් වේදනාවෝ ක්ෂණිකව පහළ වෙති. බොහෝ සෙයින් ම ඉතා ප්‍රසන්න චිත්ත පරම්පරාව ඇතිවෙමින් පවතියි. එවිට කිසිවක් නැති අභ්‍යවකාශයෙහි සිත පමණක් පවත්නාක් මෙන් අන් කිසි දුකම නැතිව ඉතාමත් හොඳ සැපයක් ම සනීපයක් ම පවතියි. ඒ සිත් ද මෙනෙහි කළ නො හැකි වෙයි. මෙනෙහි කලත් වෙන වෙනම පැහැදිළිව මෙනෙහි කළ නො හැකි වේ. අනිකක් ද සිතිය නොහේ. එසේ සිතීමට ද නො හැකිව සිතේ ප්‍රසන්න බව ම, සැපවත් බව ම පවතියි. ප්‍රසන්න වූ ඒ චිත්තයන් දුබල බවට පත්වූ කල්හි ගරු කොට මෙනෙහි කිරීමෙන් උදයව්‍යය පැහැදිළිව දැන ගනියි. ටික වේලාවකින් සියුම් වූ ද යහපත් වූ ද මනසිකාර තත්ත්වයට නැවතත් පැමිණෙයි. එවිට නුවණ බලවත්ව සංස්කාරයන්ගේ සංසිඳීම් ස්වභාවය පෙර පරිද්දෙන් අවබෝධයට පත්වේ.

සමාධි ඤාණයන් බලවත් වීමෙන් මෙලෙස ක්ෂණයෙක්හි ක්ෂණයෙක්හි ම අවබෝධ ඇතිවේ. මෙබඳු කාලයෙහි පුද්ගලයා කෙරෙහි ප්‍රථම මාර්ග-ඵලයන්ට පැමිණීම සඳහා අධික අපේක්ෂාවක් ඇති වන බැවින් ලබන ලද පළමු සෝවාන් ඵලයට ම නැවත, නැවතත් පැමිණීම සිදුවේ. මේ වනාහි සෝතාපත්ති ඵලයට පැමිණී පිළිවෙල නම් වූ භාවනා මාර්ග යයි. සෝවාන් මඟ නැණින් දුටු පිළිවෙලයි.

මාර්ග-ඵලයට පැමිණි පුද්ගලයාගේ චිත්තය වනාහි පෙර මෙන් නොව ඉතා විශේෂ චිත්තයකි. අලුත් භවයක ඉපදීමක් වැනි ව වැටහේ.

විශ්වාසය-පැහැදීම-ප්‍රසන්න භාවය යයි, කියන ලද ශ්‍රද්ධාව ඉතාමත් දියුණුවෙන් පවතී. ඒ ශ්‍රද්ධාවේ බලයෙන් ප්‍රීති පස්සද්ධිහු උසස් බවට පැමිණෙති, සැප වේදනාව ද නිරායාශයෙන් පහළ වේ. මේ ශ්‍රද්ධා, ප්‍රීති, පස්සද්ධි හා සැපයන් වැඩි වැඩියෙන් පහළ වී එන බැවින් මාර්ග ඵලයන්ට පැමිණි ආසන්නයෙහි මෙනෙහි කළත් එකින් එකට වෙන් වෙන්ව දැන ගැනීමට ද නො හැකි වේ. එහෙත් පැය ගණනක් හෝ දින ගණනක් හෝ ඉක්ම ගිය කල්හි ඒ ශ්‍රද්ධා ආදිය සමනය වන්නාහ. එකල්හි වෙන වෙන ම එකින් එකට දැනගත හැකිව මෙනෙහි කිරීම පහසු වන්නේය.

සමහර පුද්ගලයෙකුහට මාර්ග-ඵල ලැබුන විට මහා බරක් බහා තැබූවාක් මෙන් ද මෙනෙහි කිරීමට අදහසක් නැත්තාක් මෙන් ද සෑහීමකට -තෘප්තියට පත්වූවාක් මෙන් ද, සිත් පහළ වේ. පළමු සෝවාන් මඟඵලයට පමණක් පැමිණි බැවින් එබඳු අදහස් ඇතිවන බව දත යුතුයි.

ඵලසමාපත්ති ලැබෙන පිළිවෙල

ලබන ලද ඵල සිත නැවතත් උපදවනු කැමති නම් (උපන්නා වූ ඵල සිතට අනුව නිවන් සැපය ප්‍රත්‍යක්‍ෂව විඳගැනීමට කැමති නම්) ඵලයට පැමිණීම අපේක්‍ෂා කොට වර්තමාන වූ කාය-චිත්ත- ස්වභාවයන් පිළිවෙලින් මෙනෙහි කළ යුතුයි. විදර්ශනා ආරම්භය වනාහි පෘථග්ජනයා කෙරෙහි නාම-රූප පරිච්ඡෙද ඥාණයේ පටන් ද ආර්‍ය්‍ය පුද්ගලයා කෙරෙහි උදයව්‍යය ඥාණයේ පටන් ද, සිදුවීම් ධර්‍මතාවයකි. එනිසා පළමුවෙන් මෙනෙහි කිරීමේදී ඇතිවීම් - නැතිවීම්-දෙක මෙනෙහි කිරීමෙන් දැන උදයව්‍යය ඥාණය උපදවා පිළිවෙලින් ඉහළට දියුණුවීමෙන් නොබෝ වේලාවකින් ඉතා සියුම් වූ ද, සැපවත් වූ ද, මෙනෙහි කිරිම් ඇත්තා වූ සංඛාරුපෙක්ඛා ඥාණයට පැමිණෙන්නේය.

එම සංඛාරුපෙක්ඛා ඥාණය සම්පූර්ණ වූ කල්හි සංස්කාරයන්ගේ සංසිඳීම වූ නිර්වාණය අරමුණු කරන්නා වූ ඵල සිත් පරම්පරාව පෙර සේ ම පහළ වන්නේය.

පළමුව කාලසීමා නො කොට, ඵල සමවත උපදවන ඇතමෙකුට මේ ඵල සිත ඇතැම් විට එකම ක්‍ෂණයක් පවතී. ඇතැම්විට මිනිත්තු පහක්, දහයක්, පහළොවක්, පැය භාගයක්-පැයක් ආදී වශයෙන් බොහෝ වේලාවක් ද පවතී. අටුවාවෙහි කී පරිදි එක් දවාලක්, එක් රාත්‍රියක් ද පවතී. කාලය

නියම කොට අධිෂ්ඨාන කරගත් සම්පූර්ණ කාලය ම පවත්නේ යයි ද කියති. ඒ කීමට අනුව මෙකල ද සමාධි විදර්ශනා දියුණුවට පත්වූ බොහෝ දෙනා පැයක්, දෙකක්, තුනක්. වශයෙන් වෙලාව නියම කරගත් පරිදි බොහෝ වෙලාවක් ද ඵල සමවතෙහි පිහිටා සිටින සැටි දකින්නට ලැබේ.

"මෙතෙක් වේලාවකින් නැගිටීම වේවා"යි මුලදී ම කාල නියමය කරගෙන සමවතට සමවැදීමෙන් නියම වෙලාවට නැගිටීම සිදුවේ. එහෙත් පැයක්, දෙකක් යනාදී වශයෙන් වෙන්කර ගත් කාලය නිමවූ අතරෙහි ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරන්නා වූ සිත් පහළ වෙත්, එවිට සතර වරක් පස් වරක් පමණ මෙනෙහි කොට නැවතත් ඵලයට පැමිණිය හැකිය. මේ පිළිවෙලින් ඇතිතාක් කල් බොහෝ පැය ගණන් සමවත පිහිටන සැටි දක්නට ලැබේ. මේ ඵල සිත් පරම්පරාවේදී සියලු සංස්කාරයන් ගේ සංසිඳීම වූ නිර්වාණය ම අරමුණු කොට සිත පවතී. ඒ හැර අන් කිසි අරමුණක් නොමැත. නිර්වාණය යනු ද මෙලොව පරලොව හා සම්බන්ධ නාම රූප සංස්කාර හා ප්‍රඥප්ති ධර්මයන් කෙරෙන් සම්පූර්ණයෙන් වෙන්වූ පරමාර්ථ ධර්මයකි.

ඒනිසා ඵලසමවත් කාලයෙහි තමන්ගේ ස්කන්ධ ආදී මේ ලෝකය හා පරලෝකය සම්බන්ධ වූ කිසිවක් සිහි නො වේ. වැටහීමක් නො වේ. ආවර්ජනා කිරීම්, විතර්ක කිරීම් සම්පූර්ණයෙන් නැති වේ. රූප-ශබ්ද-ගන්ධ-රස-ස්පර්ශ යන අරමුණු කොපමණ ප්‍රකට ව ඇතත් ඒ කිසිවක් සිහි නො වේ. නො දනෙයි.

"**අපපනා ජවනං ඉරියා පථමපි සනනාමෙති**" අර්පනා ජවනය ඉරියව්ව ද පිහිටුවයි. යන වචනය අනුව ඉරියව්ව ද ශක්තිමත් කරයි. හිඳීමේ ඉරියව්වෙන් සමවතට සම වැදුනේ නම් හිඳගත් ශරීරය මුලින් පිහිටුවාගත් ආකාරයයෙන් ම පිහිටා සිටී. සෙලවීමක්, පැද්දීමක් ඇති නො වන්නේය.

ඵලසිත් පරම්පරාව නිරුද්ධ වූ කල්හී සංස්කාර සංසිඳීම හා සංසිඳුමට පත් වන්නා වූ නාම ධර්මයන් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරන්නා වූ හෝ සණ්ඨාන-නිමිති ආදී නා නා අරමුණු දැකීමක් හෝ ආවර්ජනාවක් හෝ පළමුකොට ප්‍රකට වෙයි.

ඉන්පසු පෙර පුරුදු පරිදි මෙනෙහි කිරීම ද, ශ්‍රද්ධාව ද, ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරන්නාවූ සිත් ද, සුදුසු පරිදි පහළ වෙති. පුරුදු මෙනෙහි කිරීම කළත්

මුලදී ඉතා ම පැහැදිලි ව ඇතිවීම, නැතිවීම දක විසිරී ගිය බව ඇති වේ. විදර්ශනාව ඉතා බලවත් බවට පත් වූ කල්හි ඵල සමවතින් නැඟී සිටීමේදී ද, මෙනෙහි කිරීම විසිරී යාමක් නොමැතිව සැපදායකව සියුම්, සියුම් බවට පත්ව යහපත්ව පවතී. විශේෂය නම්:- ඵල සමවතට වහා සමවැදීමටත්, ඵලයෙහි බොහෝ වේලාවක් පිහිටීමටත් කල් ඇතිව මුලදී ම අධිෂ්ඨාන කළ යුතුයි. මෙනෙහි කරන අතරේදී වෙලාව ගැන හෝ නැඟිටීම ගැන හෝ අධිෂ්ඨානය නො කළ යුතුය.

විදර්ශනාව සම්පූර්ණ බවට නො පැමිණ මෙනෙහි කිරීම හොඳ හැටි පවත්නා කල්හි තැති ගැනීමක්, ඇනුම් යාමක්, සෙලවීමක්, සුසුම් හෙලීමක්, ඇතිවීමෙන් මෙනෙහි කිරීම විසිරී යාම ද, සිදුවේ. ඉතා සැපසේ මෙනෙහි කිරීම දියුණු වූ කල්හි "දියුණු වෙනවා" යයි කල්පනා කිරීම නිසා ද මෙනෙහි කිරීම විසිරී යන්නේය. එසේ කල්පනා නො කරනු. කල්පනා කළේ නම් එයද හොඳහැටි සිහියෙන් මෙනෙහි කරනු. මෙසේ බොහෝ වාර ගණනක් විසිරීයාම් ඇති වුව ද සමහර කෙනෙක් ඵල සමවතට පැමිණෙති. සමාධිය හා ඤාණය බලවත් නො වූයේ නම් වහා ඵල සමවතට සම වැදීමට නො හැකිය. සම වැදුනේද වැඩි වේලාවක් නො පිහිටන්නේය. මේ වනාහි ඵල සමවත් පිළිවෙලයි.

විපස්සනා ඤාණ පරම්පරාව පැහැදිලිව දැන ගැනීම

ඇතැම් යෝගාවචර පුද්ගලයෙකුට භංග ඤාණ, ආදීනව ඤාණ, නිබ්බිදා ඤාණ, මුඤ්චිතුකම්‍යතා ඤාණයන් බොහෝ වේලාවක් නො වැටහෙන බැවින්, ඒ ඤාණයන්හි දී පැහැදිලි ව නො දනේ. ඒ නිසා වෙන්, වෙන් ව පැහැදිලි ව දනගනු කැමති නම් වේලාව පරිච්ඡෙදකොට - සීමාකොට එක එක ඤාණය ගෙන භාවනා කරනු.

එහි පිළිවෙල; "මේ පැය භාගය ඇතුළත, මේ පැය ඇතුළතදී උදයව්‍ය දෙක මෙනෙහි කරන්නෙමි' යි. උදයව්‍ය ඤාණය ම පහළ වේවා"යි කාලය නියම කොට භාවනා කිරීමෙන් ඒ නියමිත කාලය තුළදී ඉන් ඉහළ ඤාණයක් පහළ නොවී උදයව්‍ය ඤාණය ම පහළ වේවා"යි කාලය නියම කොට භාවනා කිරීමෙන් ඒ නියමිත කාලය තුළදී ඉන් පහළ ඤාණයක් පහළ නොවී උදයව්‍ය ඤාණය පමණක් ම පහළ වන්නේය.

නියමිත කාලය අවසන් වූ පසු නැතිවීම - ව්‍යය පමණක් දකිමින් භංග ඤාණය නිරායාසයෙන් ඉබේ ම පහළ වන්නේය. යම් හෙයකින්

භංග ඤාණය ඉබේම පහළ නො වුයේ නම් "භංගය පමණක් මෙනෙහි කරන්නෙමි භංග ඤාණයම පහළ වේවායි" කාලය සීමා කොට මෙනෙහි කිරීමෙන් භංගය ම-ව්‍යය ම-නැතිවීම ම දකින්නා වූ භංග ඤාණය පහළ වන්නේය.

නියමිත කාලසීමාව අවසන් වූ කල්හි ඉන්මතු ඤාණයන්ට නිරායාෂයෙන් ම ඉබේ ම පත්වන්නේය. මත්තෙහි ද මේ පිළිවෙලට ම ය. මතු මත්තෙහි ඒ ඤාණයන් ඉබේ ම පහළ නො වූයේ නම් ඒ භංග ඤාණයෙන් සෑහීමට පත්වූ කල්හි "සංස්කාරයන්ගේ භය ජනක බව දකින්නා වූ භයතුපට්ඨාන ඤාණය පහළ වේවා"යි සිත පිරිනැමීමෙන් භය ජනක ආකාරය දකිමින් භයතුපට්ඨාන ඤාණය පහළ වන්නේය.

ඒ ඤාණයෙහි සෑහීමක් ඇතිවූ කල්හි ආදීනව මෙනෙහි කරන්නාවූ "ආදීනවානුපස්සනා ඤාණය පහළ වේවා"යි සිත පරිනමනු. මෙනෙහි කිරීමක් පාසා ආදීනව ස්වභාවයන් දක්නාවූ "ආදීනවානු පස්සනා ඤාණය" පහළ වන්නේය.

ඒ ඤාණයෙහි ද සෑහීමක් ඇති වූ කල්හි "නිර්වේදය" කළ කිරීම මෙනෙහි කිරීමක් පාසා කළකිරීම් ස්වභාව ඇති "නිබ්බිදා ඤාණය" පහළ වන්නේය.

ඒ නිබ්බිදා ඤාණයෙහි සෑහීමක් ඇතිවීමෙන් පසු "සංස්කාරයන් කෙරෙන් මිදීයාමේ කැමැත්ත ඇත්තා වූ මුඤ්චිතුකම්‍යතා ඤාණය පහළ වේවා"යි සිත පිරිනමනු, මෙනෙහි කිරීමක් පාසාම සංස්කාරයන් අතහරිනු කැමැත්තාවූ "මුඤ්චිතුකම්‍යතා ඤාණය" පහළ වන්නේය.

ඉන් සෑහීමකට පත්වූ කල්හි මතු ඤාණයට පත් වීමට සිත නමාගත යුතුය. ඉවසිය නො හැකි වේදනා මතුවීමත් ඉරියවු වෙනස් කරන අදහසත්, සහනයකට පත් නො වීමත් සමඟ පටිසංඛානුපස්සනා ඤාණය පහළ වන්නේය. එහිදී සෑහීමකට පත්ව, ඉතාමත් යහපත් මනසිකාර ඇත්තාවූ සංඛාරෝපෙක්ෂා ඤාණය ඉපදවීමට සිත පිරිනමනු. අපක්ෂපාතීව ඉබේ ම අවබෝධ වෙමින් ඉතාමත් ස්වභාව ඇත්තා වූ සංඛාරොපෙක්ෂා ඤාණය පහළ වන්නේය.

මේ ක්‍රමයෙන් කාලය සීමාකොට මෙනෙහි කිරීමෙන් නියම කරගත්තාවූ ඒ කාලය ඇතුළතදී උපදවනු කැමති ඤාණය පමණක් ඉපදීම

ද, ඒ ඒ ඤාණයෙහි සෑහීමකට පත්ව මතු ඤාණ පහළ කරවනු කැමති කල්හි නියම කරගත් කාලය නිමවූ පසු, උෂ්ණ මාපක (උණ කටුවක) උෂ්ණය නගින්නා සේ ද, ඔරලෝසුවක කටුව ගමන් කරන්නා සේ ද, මනසිකාරය එකින් එකට ඉහළට වැඩ කිරීමත් ඉතා පැහැදිළි ව දැකගත හැකි වන්නේය.

එකවරකින් ම පැහැදිළි නො වූයේ නම් නැවත නැවත භාවනාව වැඩිය යුතුය. මෙසේ කාලසීමා නො කොට ඤාණ භාවනා කිරීමෙන් සමාධි, ඤාණ බලවත් පුද්ගලයෝ වැඩි වේලාවක් නො ගොස් ක්‍ෂණයකින් සතර, පස්වරක් හෝ දහ දොළොස්වරක් පමණ මෙනෙහි කිරීම අතරේදී ද, සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණයට පැමිණෙන්නාහ. ඵලයට ද නැවත නැවත පැමිණෙන්නාහ.

ඵලසමවතෙහි වසීබවට පත් පුද්ගලයෝ වනාහි ගමන් කරන අතර ද, ආහාර ගන්නා අතර ද ඵලයට සමවදින්නාහ.

මතු මාර්ග ඵල සඳහා භාවනා ක්‍රමය

ලබන ලද ඵලයට නැවත නැවත පැමිණීමෙන් ද බොහෝ වේලාවක් පිහිටීමෙන් ද, බොහෝ වාර ගණන් සමවැදීමෙන් ද, සෑහීමක් ඇති වූ කල්හි මතු මාර්ග ඵල ධර්‍මයන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කරගැනීම සඳහා හොඳහැටි භාවනා මනසිකාරය වඩනු. ඒ මෙසේය. භාවනා කිරීම කැමති දින ගණනක් සීමා කොට "මෙතෙක් දවස් ඇතුළත ලැබූ ඵලයට සම නො වදිම්වා ලැබූ ඵලයට නො පැමිණෙම්වා නො ලැබූ මාර්ග ඵල ධර්මයෝ ම පහළ වෙත්වා. මතු මාර්ග, ඵල ධර්‍මයෝ ම අවබෝධ වෙත්වා. පැමිණෙත්වා".

මෙසේ අධිෂ්ඨානය කරනු දින ගණන් පිරිසිඳීමේ ඵලය වනාහිඃ මතු මාර්ග ඵලයට නො පැමිණියේ නම් ඒ දින ගණන ඉකුත් වූ කල්හි ලැබූ ඵලයට සමවදිනු කැමති නම් නිදුකින් සමවැදීමට හැකි වේ. එසේ නැත්නම් මේ දිනයේ පටන් මතු මාර්ග ඵල සඳහා ම භාවනා වඩන්නෙමි" අධිෂ්ඨාන කොට භාවනා වැඩීමෙන් ලැබූ ඵලයට නැවත සම වැදීමට නො හැකි වෙයි. එවිට මතු මාර්ග, ඵලයටද පැමිණිය නො හැකි වූ පුද්ගලයන්ට, ලැබූ ඵලයට ද, නැවත සමවැදීමට නො හැකි වීමෙන් නො සන්සුන්කමක් හෙවත් අසහනයක් පහළ වේ.

"ලැබූ ඵලයට සමවැදීමට අදහස් නොකරමි" යි ආලය අත්හැරීමෙන් ඒ දවස් ඇතුළත දී ලැබූ ඵලයට නැවත නො පැමිණීමේ ප්‍රයෝජනය ද,

ඥාණ බලවත්ව මතු මාර්ග - ඵලයට පැමිණීමේ ප්‍රයෝජනය ද සිදු වේ. ඵලය ගැන ආලය සම්පූර්ණයෙන් අත් නො හැරීමෙන්, ලැබූ ඵලයට නැවත පැමිණේ. ඒ නිසා කැමති දින ගණනක් සීමා කොට ඒ දවස් තුළදී ලැබූ ඵලය ගැන සම්පූර්ණයෙන් ආලය අත්හැර භාවනා වඩනු. මෙසෙහි කිරීමේදී උදයව්‍ය ඥාණයේ පටන් විදර්ශනා ඥාණයෝ පෙර ලෙසම පිළිවෙලින් පහළ වන්නාහ. ඥාණ පහළ වීමේදී ඵල සමවත් සඳහා කරන විදර්ශනාවට සමාන නොවී මාර්ගය සඳහා වැඩූ විදර්ශනාවට සමව පහළ වේ.

උදයව්‍ය ඥාණය ළඳරු කාලයේ වර්ණ ආලෝකයෝ ද, නිමිති සටහන් ද දැකීමට ලැබේ. බොහෝ දුක් වේදනාවෝ ද පහළ වෙති. නාම රූපයන්ගේ ඇතිවීම් - නැතිවීම් දෙක ම ඔළාරිකව පැහැදිළි ව ප්‍රකට වෙති.

ඵලය සඳහා වඩන භාවනා මනසිකාරයේදී ක්ෂණයක් තුළදී සංඛාරුපෙක්ඛා ඥාණයට ද, ඵල ඥාණයට ද, පැමිණීම සිදුවූවත් ඉන් ඉහළට යාගත නොහැකිව පහළ ඥාණයන්හි ම බොහෝ වේලාවක් පිහිටා සිටී. එහෙත් භාවනා පටන් ගත් මුල් කාලයේදී මෙන් වැඩි වේලාවක් ප්‍රමාද වීමක් නො වේ. එක් දිනක් ඇතුළත දී ද ඥාණ පිළිවෙලින් ඉහළට ගොස් සංඛාරුපෙක්ඛා ඥාණයට යා ගත හැකි වන්නේය. අවබෝධය ද පෙරට වඩා විශේෂයෙන් පැහැදිළි වන්නේය. ඉතා විසිතුරු ද වන්නේය. ඇසට පෙනෙන්නාක් මෙන් පෙනෙන්නේය. විදර්ශනා අති විශිෂ්ඨ වන්නේය. පැහැදිළි ද වන්නේය. ලෞකික ආරම්මණයෙන් සංසාර වට්ට දුක්ඛයෙන් බියවීම, ආදීනව දැකීම, කළ කිරීම, මිදීමේ අදහස හා උදාසීන බවද, පෙරටත් වඩා දියුණුවක් ඇතිවේ. පෙර පැයක් තුළදී සතර පස්වාරයක් පමණ ඵලයට පත්වීම සිදුවුව ද දැන් වනාහි මතු මාර්ගය සඳහා ඥාණය බලවත් නො වූ බැවින් සංඛාරුපෙක්ඛා ඥාණය ම පහළ වෙමින් පවතී.

දිනක්, දෙකක්, තුනක් ආදී වශයෙන් දින මාස අවුරුදු ගණනක් ද ගතවන්නේය. ඥාණය බලවත් වූ කල්හි වනාහි ඉතා විශේෂත්වයෙන් ප්‍රකට වන්නා වූ මනසිකාරය පහළ වීමෙන් සංස්ඛාර ව්‍යුපසමනය වන්නා වූ නිර්වාණය පෙර පරිදි මෙන් අරමුණු කොට දෙවෙනි වූ සකෘදාගාමී මාර්ග ඵලය - පහළ වන්නේය.

අනතුරුව මාර්ග ඵලය හා නිර්වාණය ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීම ද ප්‍රහීණ ක්ලේශ හා ශේෂ ක්ලේශ ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීම ද සුදුසු පරිදි සිදුවන්නේය. ඉන්පසු පුරුදු පරිදි මෙනෙහි කොට ඇතිවීම්, නැතිවීම් අරමුණු කරන්නා වූ උදයව්‍ය ඤාණය හා අතිශයින් ප්‍රසන්න වූ චිත්ත පරම්පරා ආදිය ද සුදුසු පරිදි පහළ වන්නේය.

මේ වනාහී සකෘදාගාමී මාර්ග ඵලයට පත්වීම සඳහා මනසිකාර භාවනා හා ඤාණ පහළ වන පිළිවෙලක්ය.

තුන්වැනි වූ අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට පැමිණීමට නම් භාවනා කරනු කැමති දින පිරිසිඳ ලැබූ ඵල සමවතෙහි ආලය හැර "අවබෝධ නොකළා වූ මතු මාර්ග-ඵල ධර්මයෝ පහළ වෙත්වා! මතු මාර්ග-ඵල ධර්මයන් දකිම්වා! පැමිණෙම්වා"යි මැනවින් අදිටන් කොට වර්තමාන වූ කාය, චිත්ත ක්‍රියාවන් පෙර පුරුදු පරිදි මෙනෙහි කළ යුතුයි. උදයව්‍ය ඤාණයේ පටන් ඤාණ පරම්පරාව මේරීමට පත්ව බලවත් වීමෙන් නොබෝ වේලාවකින් සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණයට පැමිණෙන්නේය. සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය බලවත් නොවූයේ නම් එහිම නැවතී සිටින්නේය. ඒ සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය බලවත් වූ කල්හී, සම්පූර්ණ වූ කල්හී, සංඛාර නිරෝධය වූ නිර්වාණය පෙරදීමෙන් අරමුණු කොට තුන්වැනි වූ අනාගාමී මාර්ග-ඵල ධර්මයෝ පහළ වන්නාහ. ප්‍රත්‍යවේක්ෂාව ද, මනසිකාරය ද, ප්‍රසන්න බව ද, පෙර මාර්ග- ඵලයනට අනතුරුව පෙරසේ පහළ වෙති. මේ වනාහී අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට පැමිණීම දක්වා භාවනා මනසිකාරය හා ඤාණයෙන් අවබෝධ වන ආකාරයයි.

සතරවැනි වූ මාර්ග ඵලයට පැමිණීමට ද මේ නය ක්‍රමයෙන් දින සීමාකර ගැනීම, ලැබූ ඵල සමවත ගැන ආලය අතහැරීම, බලවත් ලෙස අධිෂ්ඨාන කිරීම ද කොට වර්තමාන කාය - චිත්ත ක්‍රියාවන් පුරුදු ලෙසට මෙනෙහි කළ යුතුයි. මින් පිටත මෙනෙහි කළ යුතු අන් ක්‍රමයක් නොමැත. ඒ නිසාම සතිපට්ඨාන සූත්‍රයෙහි මේ මනසිකාර සිහිය "**එකායනො**" එකම මාර්ගය, එකම ප්‍රතිපදාව යයි, වදාරා ඇත්තේය.

උදයව්‍ය ඤාණයේ පටන් ඤාණ පරම්පරාව මේරීමට-වැඩීමට, පැමිණීමෙන් නොබෝ වේලාවකින් සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණයට පැමිණෙන්නේය. සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය සම්පූර්ණ නොවූයේ නම් එම ඤාණයෙහි ම නවතින්නේය. එම සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණය සම්පූර්ණ වූ

කල්හි සංස්කාරයනගේ සංසිඳීම වූ නිර්වාණය පූර්ව මාර්ග-ඵලා බෝධයේදී මෙන් අරමුණු කොට සතරවැනි වූ අර්හත් මාර්ග ඵල ඤාණයෝ පහළ වන්නාහ.

මෙතෙක් දක්වූ මාර්ග-ඵල ලැබීම සම්බන්ධව කියන ලද කථාව අතුරෙන් "ඒ ඒ මාර්ග-ඵල ඤාණයෝ පහළ වන්නාහ"යි කී කථාව වනාහි මාර්ග-ඵල ලාභය තෙක් පාරමී සම්පූර්ණ වූ පුද්ගලයන් අරමුණු කොට කියන ලද්දකි.

පාරමී ඤාණ සම්පූර්ණ නොවූ පුද්ගලයෝ වනාහී සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණයෙහි ම පිහිටති. විශේෂයෙන් ම පළමුවෙනි සෝවාන් මාර්ග-ඵලයට පැමිණි පුද්ගලයා දෙවෙනි සකෘදාගාමී මාර්ග-ඵලයට නොබෝ කලකින් ම සුවසේ පැමිණීමට සමත් වූයේ ද, තුන්වැනි වූ අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට වහා නො පැමිණ බොහෝ කලක් ගත කරන්නේය. මෙයට හේතුව පරීක්‍ෂා කිරීමේදී මෙසේ දක්නට ලැබේ.

සෝවාන්, සකෘදාගාමි දෙදෙනාම **"සිලෙසු පරිපූරකාරි"** සීල ශික්‍ෂාවෙහි සම්පූර්ණ බවට පත් පුද්ගලයෝ වෙත්. එනිසා ම සෝවාන් පුද්ගලයා ශීල ශික්‍ෂාවෙහි පරිපූර්ණත්වයෙන් සමාන බැවින් දෙවැනි වූ සකෘදාගාමී මාර්ග ඵලයට වහාම සැපසේ ම පැමිණිය හැකි වන්නේය. අනාගාමී පුද්ගලයා වනාහි **"සමාධිස්මිං පරිපූරකාරි"** සමාධි ශික්‍ෂාවෙහි පරිපූර්ණ බවට පත් වූ පුද්ගලයා වෙයි. එනිසා සීලයෙන් පරිපූර්ණ බවට පත් වූ දෙවැනි සකෘදාගාමී බලයෙන් නැඟිට සමාධියෙහි පරිපූර්ණ බවට පත් වූ තෙවැනි අනාගාමී මාර්ග-ඵලයට වහාම නො පැමිණිය හැකිව නවතී. එහෙත් ඒ ඒ මාර්ග-ඵලයට පැමිණීමට සමත් ලෙස පාරමී අඩු වැඩි කම් ගැන සිතමින් භාවනා නො කර සිටියොත් මඟ-ඵල අවබෝධ කළ නො හැකි වෙයි.

තවද බොහෝ දින මාස-අවුරුදු ගණනක් හෝ භාවනා කිරීමෙන් මාර්ග ඵලයන්ට පැමිණිය හැකි පුද්ගලයන් ද ඇති බැවින් දින කීපයක්, මාස කීපයක්, භාවනා කිරීමෙන්ම මාර්ග-ඵල නො ලැබූයේ ද, පාරමී ඤාණ සම්පූර්ණ නැතැයි තීරණය නො කළ යුතුයි. තව ද අද මේ කාලයේ භාවනා කිරීමද නො මේරූ පාරමී ඤාණය මේරීමට පත්කර ගැනීමකි. එනිසා පාරමී අඩු වැඩිකම් ගැන කල්පනා නො කළ යුතුයි.

භාවනා නො කිරීමෙන් එක් පාරමිතාවක්වත් නො පිරෙන්නේය. පාරමී සම්පූණී නො වූයේ නම් මේ භවයේදී මාර්ග-ඵලයට නො පැමිණෙන්නේය. භාවනා කිරීමෙන් ම පාරමී මේරීමට පත්ව බලාපොරොත්තු වන මාර්ග ඵලයන්ට සුවසේ වහාම පැමිණිය හැකි වෙයි. පාරමී ඥාණ එක්තරා මට්ටමකට වැඩුණු කෙනෙක් දැන් භාවනා වඩන්නේ නම් සම්පූර්ණත්වයට පැමිණ අදහස් කරන මාර්ග-ඵලයට මේ ආත්ම භාවයේදී ම පැමිණිය හැකි වන්නේය. යටත් පිරිසෙයින් මීළඟ මතු භවයකදී හෝ සුවසේ මාර්ග- ඵලයන්ට පැමිණීමට සමර්ථ වන්නා වූ පාරමී බීජයක්ම ඒකාන්තයෙන් වන්නේය. මේ නිගමන කථාව පිළිගෙන නො පසුබට වීයඹීයෙන් භාවනාව වැඩිය යුතු ම ය.

අර්හත් ඵලයෙන් අවබෝධයට පත්ව මාර්ග-ඵල නිර්වාණයන් නැවතත් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කරයි. "ක්ලේශයෝ සම්පූණීයෙන්ම ක්‍ෂය වී ගියහ. කිසි කලෙකත් ක්ලේශයෝ හට නො ගන්නාහ. කළ යුතු භාවනා කෘත්‍යය නිමාවට ගියේය යි"ද ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවෙන් තීරණය කරයි. මේ වනාහි අර්හත්වය දක්වා භාවනා මනසිකාරය හා ඥාණයෙන් අවබෝධ කරගන්නා පිළිවෙලයි.

උනන්දු කරවීම

"භවෙ තබබා සතාවෙවං - සතිපටඨාන භාවනා
විපසසනා රසසසාදං - පතෙථනෙතනිධ සාසනෙ"

වා = දැක් වූ වචනය සත්‍යයකි. **ඉධ සාසනෙ** = ගෞතම බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මේ සාසනයෙහි, **විපසසනා රස සසාදං** = විදර්ශනා ඥාණයෙන් ඒකාන්තයෙන් විඳිය යුතු වූ, මධුර වූ මාර්ග-ඵල නිර්වාණ යන තෙයාකාර වූ සැපය; **පතෙථනෙතන** = අවබෝද කර ගැනීමට, විඳීමට ඡන්දය ඇත්තා වූ, **සතා සනෙතන** = සත්පුරුෂ ගුණ ඇති පින්වතුන්, පින්වතියන් විසින්, **සතිට්ඨාන භාවනා** = සතිපට්ඨාන භාවනාවට හෙවත් කාය, වේදනා, චිත්ත, ධම්ම යන අරමුණෙහි පැන පැන අවබෝධ කර ගන්නාක් මෙන් මෙනෙහි කරන්නාවූ එළඹ සිටි සිහියෙන්, මෙනෙහි කිරීම නැමැති සතිපට්ඨාණ භාවනාව **එවං** = මේ පස්වැනි කාණ්ඩයෙහි දැක්වූ පරිද්දෙන් මෙනෙහි කිරීමෙන්, **භාවේ තබබා** = වැඩිය යුතුයි. භාවිතා කළ යුතුයි. දියුණු කළ යුතුයි.

විශේෂයෙන් සැළකිය යුත්තකි

මේ ග්‍රන්ථයෙහි කියන ලද විදර්ශනා භාවනා මනසිකාර පිළිවෙල ධර්‍මඥානය ඇත්තා වූ බහුශ්‍රැත පුද්ගලයන් උදෙසා විශේෂයෙන් සකස් කරන ලද්දකි. එබඳු බහුශ්‍රැත පුද්ගලයෝ මේ ග්‍රන්ථය බැලූ පමණකින් ශ්‍රද්ධා, ඡන්‍ද, වීර්‍ය්‍යයන් අඩු නොකොට අධික උනන්‍දුවෙන් උත්සාහයෙන් භාවනා වැඩීමෙන් මෙහි දක්වූ අයුරින් ම විදර්ශනා ඥාණයන්ට මාර්ග ඵල ඥාණයන්ට ඒකාන්තයෙන් පැමිණිය හැකි වන්නාහ.

එහෙත් භාවනා වඩන්නවුන්ට පහළ වී එන ආකාර සහ ඥාණයෙන් අවබෝධවන ආකාර විශේෂයන් සියල්ල මේ ග්‍රන්ථයෙහි දක්විය නො හැක. වැඩි කොටස නො දක්වන ලද්දේය. මේ ග්‍රන්ථයෙහි දක්වන ලද වැටහීම් අවබෝධ සියල්ල ම එක ම පුද්ගලයෙකුට ලැබෙන්නේ ද නො වේ. භාවනා වඩන්නාගේ පාරමිතා අනුව අවබෝධ ඥාණය විවිධාකාරය, නා නා විධය, විශේෂත්වයෝ ද ඇත්තාහ.

තවද යෝගාවචරයන්ගේ ශ්‍රද්ධා, ඡන්ද, වීර්‍ය්‍යයෝ ද සෑම කල්හි අඩු නො වී නො නැසී දියුණුවෙන් පවතින්නේ ද නැත. ගුරුවරයෙක් නැතිව පොත බලාගෙන පමණක් භාවනා කරන්නේ නම් පෙර නො ගිය වීරූ මඟක යන්නා වූ මගියෙකුට සැක ඇති වන්නාසේ විචිකිච්ඡාව ද පහළවී එයි. එනිසා සාමාන්‍ය පුද්ගලයෙක් උපකාරක ගුරුවරයෙකු නොමැතිව භාවනා කරන්නේ නම් විදර්ශනා ඥාණ විශේෂයන්ට ද මාර්‍ග-ඵල ඥාණයන්ට ද සුවසේ පැමිණිය නො හැකි වන්නේය.

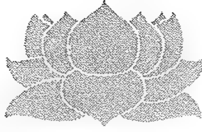
එනිසා මාර්ග-ඵල ඥාණයෙන් නිර්වාණය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ කිරීම තෙක් ම නො කඩවා භාවනා කරනු කැමති සත්පුරුෂයෝ **"යථා භූතං ඥාණාය සත්‍ථා පරියෙසිතබ්බො"** ප්‍රත්‍යක්‍ෂව තත්ත්වාකාරයෙන් අවබෝධ කර ගැනීම පිණිස ගුරුවරයෙකු සොයා ගත යුත්තේය යි, වදාළ නිදාන වග්ග සංයුක්ත පාලියට අනුව මනාව භාවනාව වඩා විදර්ශණා ඥාණ පිළිවෙලින් මාර්ග-ඵල, ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂා ඥාණය ද සමඟ ඵල සමාපත්ති දක්වා ධර්ම ග්‍රන්ථයන් ඇසුරෙන් උපකාර සැලසිය හැකි කළ්‍යාණ මිත්‍ර ආචාර්‍ය්‍යයන් වහන්සේ නමක් වෙත නැවතී භාවනා කළ යුතුය.

"මම විශේෂ පුද්ගලයෙකි. අන්පුද්ගලයෙකු ඇසුරු කිරීමට අවශ්‍ය නැතැයි" උඩඟු ස්වභාවය ඇත්තා වූ මාන-ද්වජය ඔසවා ගත්තේ ද, ආයුෂ්මත් පොඨිල තෙරුණුවන්ගේ චරිතය සළකා බලා නිහතමානීව භාවනා වඩත්වා, භාවනා වඩන කාලයේදී ද, පහත දක්වන බුද්ධාවවාදය ගරු කොට සළකා වැඩි, වැඩි වීර්‍ය්‍යයෙන් උනන්දුවෙන් උත්සාහයෙන් භාවනා වඩත්වා.

නයිදං සිථිල මාරබ්භ - නයිදං අප්පෙන ථාමසා
නිබ්බානං අධි ගන්තබ්බං - සබ්බ දුක්ඛප්පමොචනං

භික්ඛවෙ = මහණෙනි" **සබ්බ දුක්ඛප්පමොචනං** = සියලු දුකින් මිදීයාම වූ, **ඉදං නිබ්බානං** = මේ නිර්වාණය, **සිථිලං ආරබ්භ** = දුර්වල වූ ලිහිල් වූ වීර්‍ය්‍යයන් කොට, **න අධිගන්තබ්බං** = නො පැමිණිය හැකිය. **ඉදං නිබ්බානං** = මේ නිර්වාණය, **අප්පෙන ථාමසා** = ස්වල්ප වීර්‍ය්‍යයකින් **න අධිගන්තබ්බං** = අවබෝධ නො කළ හැක්කේය. නො පැමිණිය හැක්කේය. බලවත් වූ වීර්‍ය්‍යයෙන් ධෛර්‍ය්‍යයෙන් උත්සාහයෙන් භාවනා කිරීමෙන් ම ලැබිය යුත්තේය. පැමිණිය යුත්තේය. අවබෝධ කළ යුත්තේය.

පස්වෙනි පරිච්ඡේදය නිමියේ යැ



ඥාණ පරම්පරාව විසඳුම

පරිච්ඡේද අංක 6

පරිච්ඡේද අංක එකෙහි සීල විසුද්ධිය ලියා දක්වන ලදී. පරිචේද අංක දෙකෙහි චිත්ත විසුද්ධිය ලියා දක්වන ලදි. පරිච්ඡේද අංක 3, 4, 5, හි දිට්ඨි විසුදධියෙන් පටන් ගෙන ඤාණදස්සන විසුද්ධිය තෙක් භාවනා කරන ක්‍රමය අත් දැකීම් ද සහිතව ලියා දක්වන ලදී. මෙම පරිච්ඡේදය වනාහි භාවනා කරන්නාහට අනුපිළිවෙලින් පහළ වන්නා වූ නාම - රූප පරිච්ඡේද ඤාණ ආදිය ද දිට්ඨි විසුද්ධි ආදී පඤ්ඤා විසුද්ධි පහ සම්මත පොත් වලට අනුව ලියා දක්වන්නෙමු.

නාම-රූප පරිච්ඡේද ඥාණය හා දිට්ඨි විසුද්ධිය

නාමරූපානං යාථාව දසසනං දිට්ඨි විසුදධි නාම [වි. ම. 441]

නාමරූපානං = අරමුණට නැමීමට හැකි, යා හැකි නාම ස්වරූපය හා අරමුණ දෙසට නැමිය නො හැකි විකාර ස්වරූපය ම ප්‍රකට, විකාර භාවයට පත් විය හැකි රූප ධර්ම

යාථාවදස්සනං = තත්ත්වාකාරයෙන් දැක ගැනීම

දිට්ඨි විසුද්ධිනාම = විසුද්ධි භාවයට පත් ඤාණ දස්සනය නම් වේ.

පරිච්ඡේද අංක පහෙහි දක්වන්නට යෙදුනු ආකාරයට මනසිකාරය පවත්වන්නාට සමාධි ශක්තිය බලවත් වූ කල සිතන, කල්පනා කරන, හිතට නැගෙන නීවරණ ධර්මයන් බොහෝ කොට පහළ විය නො හැක්කේය. මෙනෙහි කිරිම පමණක් දිගින් දිගට ම පිරිසිදු ව වන්නේය. වරෙක කල්පනා කිරීම පහළ වූවද වහා ම මෙනෙහි කිරීම නිසා එම සිතිවිලි සංසිඳෙන්නේය. එම අවස්ථාවේ පිම්බීම - හැකිලීම - හිඳීම - සිටීම - යෑම - හොවීම - දිගහැරීම - නැවීම - චලන ආදී කායික ක්‍රියා කරකම් වායෝ ඵොට්ඨබ්බ භූත රූපයෝ ඖලාරික ව ප්‍රකට ව විකාරයට යෑම ද, තවදුරටත් හැපෙන ගොරෝසු බව, මෘදු බව, උණුසුම, සිසිල, තෙරපීම, සැහැල්ලුවීම යන භූත රූපයෝ "විවිධාකාර ලෙස වෙනස් වෙන හුදු භූත රූපයෝ පමණක් යැ"යි කියා ද "අතට ගත් මැණිකක් මෙන් අරමුණ වනාහි දැනගත හැකි ස්වරූපයක් කියා ද " මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ ම දැක දැන තහවුරු වේ. තවදුරටත් දකින රූපය, දැක ගන්නා චක්ඛු ප්‍රසාදය, ඇසෙන ශබ්දය, අසාගන්නා සෝත ප්‍රසාදය, විඳින ගඳ, ආඝ්‍රාණය ලබන ඝාණ ප්‍රසාදය, විඳින රස, දැනගන්නා ජිව්හා ප්‍රසාදය, හැපෙන රූපය, පහස ලබන කායප්‍රසාදය, ධම්මාරම්මණය ඇසුරු ලබන හෘද රූපය යනාදි වූ උපාදා රූපයෝ (ගොරෝසු ආහාර රූප ඇසුර ලබන්නා වූ ඕජා රූප) ද මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේදී ම දක්වන ලද ක්‍රමයට දැක දැන වටහා ගනී. මෙලෙස නිරවුල්ව දැක දැන වටහා ගැනීම "**රුප්පන ලක්ඛණා, අබ්‍යාකත පච්චුපට්ඨාන**" වශයෙන් රූප ධර්මයන්, තත්ත්වාකාරය දැක ගන්නා බැවින් **රූපයාතාව දස්සන** = රූපයන්ගේ යථා ස්වරූපයට අනුව දැනගන්නා ඤාණය වේ. අබ්‍යාකත පච්චුපට්ඨාන වශයෙන් දැන ගැනීම යන කියමනෙහි "**අචෙතනො අබ්‍යාකතො ති එතථ විය ආරම්මණතා වා අබ්‍යාකතතා දට්ඨබ්බා**" යන මූල ටී. 2/91, මහා ටී. (බු.) 2/254) යන මේවාට අනුව කියන කතාවක් වේ.

ටීකාවේ අර්ථය

වා = වෙනත් ආකාරයකට දක්වතොත්,

අචෙතනො

අබ්‍යාකතෝති = අචෙතනො යන අබ්‍යාකතො

අනාරම්මණතා = අරමුණු කරන බවක් නැති හෙයින්
අධ්‍යාකතතා = අධ්‍යාතන (අව්‍යාකෘත) බව
දට්ඨබ්බා = දත යුතුයි.

තේරුම වනාහි. **ඉති කේසා නාම ඉමසමිං සරීරෙ පාටියෙක්කො කොට්ඨාසො අචෙතනො අබ්‍යාකතො සුඤ්ඤො නිස්සත්තො ථද්ධො පඨවි ධාතු** මේ ආදී චතු ධාතු වවත්ථාන වණ්ණනා අට්ඨ කථාවේ **අබ්‍යාකතො** = අරමුණු කළ නොහැකි යන අර්ථය ගත හැකි වන්නාසේ, **අබ්‍යාකත පච්චුපට්ඨානං** කියන තැනද "අරමුණු කළ නොහැකි ධර්මයකැයි ඤාණයට වැටහේ" යන මේ අර්ථය දතයුතුයි යන්න අදහස් කෙරේ. මේ ටීකා විවරණය යෝගීන්ගේ ඤාණයට වැටහෙන ආකාරය හා සම වන්නේ ම ය.

තවදුරටත් මෙනෙහි කරන අතරවාරයේ ම "පිම්බීම-හැකිලීම ආදී අරමුණු වෙතට මෙනෙහි කරන හිත වේගයෙන් වේගයෙන් ළං ළං වන්නා සේ ද" ප්‍රකට වේ. "දැකීම, ඇසීම, ආඝ්‍රාතය කිරීම, රස දැනීම, පහස විඳීම නැවීම දිග හැරීම, කල්පනා කිරීම ආදී සිත් වනාහි අදාළ අරමුණු වෙතට ළං ළංව යොමු වෙන්නා සේ ද" ප්‍රකට වේ. මෙලෙස ප්‍රකට ව දැකීම දැන ගැනීම "**නමන ලක්ඛණා**" වශයෙන් නාම ධර්මයෝ තත්ත්වාකාරයෙන් දැනගැනීම වන නිසා ***"නාම යථාව දස්සන"*** = නාමයන් තත්ත්වාකාරයට අනුව දන්නා වූ ඤාණය වේ.

මෙලෙස තතු ලෙසින් දැක දැනගන්නා තැනැත්තාට රූප සහ නාමයන් පිරිසිඳ ප්‍රකට වෙත්. මෙනෙහි කිරීමට කලින් අවස්ථාවේ, මෙනෙහි කිරීම ආරම්භ කළ අලුත මෙන් ප්‍රවාහයක් ලෙස, පිඬුවක් ලෙස, එකක් ලෙස එකෙක් ලෙස ප්‍රකට නො වේ. යටත් පිරිසෙයින් පිම්බෙන අවස්ථාවෙහි පිම්බීම එකක්, මෙනෙහි කිරීම එකක් යන යන ලෙසට වෙන් වෙන්ව ම ප්‍රකට වේ. මෙලෙසට ම හැකිලෙන අවස්ථාවේ හැකිලීම එකක් මෙනෙහි කිරීම එකක්, හිඳීම මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ හිඳීම එකක් මෙනෙහි කිරීම එකක් නමන දිගහරින අවස්ථාවේ නැවීම දිග හැරීම එකක්, මෙනෙහි කිරීම, එකක්, දකින අවස්ථාවේ දකින දෙය සහ ඇස එකක්, දැකීම හා මෙනෙහි කිරීම් එකක් යන ලෙසට වෙන් වෙන්ව ම ප්‍රකට වේ. මෙලෙසට

මෙනෙහි කරන අවස්ථාවෙහි රූප සහ නාම වෙන් වෙන්ව ම ප්‍රකටවන ආකාරය සළකා විසුද්ධි මාර්ගයෙහි පොරාණ ගාථාවක් උපුටා දක්වයි.

න චක්ඛුතො ජායරි ඵස්ස පඤ්චමා
න රූපතො නොච උභින්නමන්තරා
හෙතුං පටිච්චප්පභවන්ති සංඛතා
යථාපි සද්දො පහතාය භෙරියා [වි. ම. 447]

ඵස්ස පඤ්චමා	=	ඵස්ස වේදනා සංඥා චෙතනා චිත්ත යන ඵස්ස පඤ්චමක ධර්මයෝ
වා	=	දකින්නේ නම්, දැකීම පස්වෙනි කොට ඇත්තාවූ ස්වභාවය
චක්ඛුතො	=	ඇස කෙරෙන්
න ජායරෙ	=	මතුවී පහළ වන්නේ නො වේ.
රූප තො	=	වර්ණ රූපයෙන්ද
න ජායරෙ	=	මතු වී පහළ වනවා නො වේ
උභින්නං අන්තරාව	=	ඇස සහ රූපය යන මේ දෙක අතර මැදින් ද
නො ජායරෙ	=	මතු වී පහළ වනවා නො වේ,
සංඛතා	=	අදාල හේතු සමූහ වී පහළ කරන දැකීම් ස්වභාවයෝ
හෙතුං පටිච්ච	=	ඇස-වර්ණ රූපය ආදී හේතු මත පිහිටා
පහතාය භෙරියා	=	ගසන ලද බෙරෙන්
සද්දො	=	ශබ්දය
පභවන්ති යථා	=	(බෙරයත්, අතින් ගැහීමත් ආදී හේතුන් පදනම් කොටගෙන පහළ) වන්නා සේය.

අදහස වනාහි බෙර ශබ්දය තට්ටු කිරීමට කලින් බෙරෙහි තැන්පත් වී තිබුනේද නො වේ. අතින් ගසන ලද පහර තුළද ගැබ් වී තිබුනේද නො

වේ. බෙරයත් අත් පහරත් යන මේවා අතර ද තැන්පත්ව තිබුනේද නො වේ. එම නිසා තට්ටු කරන අවස්ථාවේදී පැන නගින්නා වූ එම ශබ්දය බෙරය තුළින් පැන නැංගාද නො වේ. අත් පහර තුළින් පැන නැංගාද නො වේ. (බෙරයේ රූප හා අත්පහරේ රූපයන්ගෙන් පමණක් ශබ්ද රූප පහළ වූවා නො වේ, යැයි යන්න අදහසයි.) බෙරය සහ අත් පහර යන මේ දෙක අතරින් පහළ වූවාද නො වේ. ඇත්ත වනාහි... බෙරයට අත්පහර වැදීම නම් වූ හේතුන් ප්‍රත්‍යකරගෙන ගසන, ගසන වාරයේ අලුතින්, අලුතින් පහළ වන්නාවූ ශබ්ද වන්නාහි - යන මෙය සත්‍ය වේ. එම නිසා බෙරය සහ අත් පහර වනාහි එකකි. බෙර සද්දය වනාහි එකකි යැයි වෙන් කරන්නේ යම් සේ ද එසේම දැකීම වනාහි දැකීමට පෙරාතුව ම ඇසේ ගැබ් වී තිබුනා නො වේ. වර්ණ රූපයෙහිද තැන්පත් වී තිබුනා නො වේ. ඇසත් වර්ණ රූපයත් අතරද තැන්පත්ව තිබුනා නො වේ. එම නිසා වර්ණ රූපයක් ගැටෙන ගැටෙන අවස්ථාවේ සිදුවන්නාවූ එම දැකීම ඇසෙන් පහළ වන්නක් නො වේ. වර්ණ රූපයෙන් පහළ වන්නක් නො වේ. (චක්ෂුප්‍රසාද රූපය හා වර්ණ රූපයෙන් වනාහි දැකීමේ පහළ වීම නො වූනේ යැයි කියවේ) ඇස සහ වර්ණ රූපය අතර මැදින්ද පහළ වූවා නො වේ. ඇත්ත වශයෙන් වනාහි ඇස වර්ණ රූපය මණසිකාරය යන හේතුන් ප්‍රත්‍යය කරගෙන වර්ණ රූපයක් ඉදිරිපත්වන ඉදිරිපත්වන අවස්ථාවේ පහළ වන්නාවූ දැකීම් ස්වභාවයෝ පමණක් වන්නාහ. එබැවින් ඇස හා වර්ණ රූපය වනාහි එකකි. "දැකීම වනාහි අනෙකකි". යන ලෙසට බෙදී ප්‍රකට වන්නේ යැයි කියයි. (අසන, ආඝ්‍රානය කරන, රස බලන, පහස විඳින අවස්ථාවන්ට අදාල ගාථාවන්හි පාළිය හා අර්ථය පමණක් පහත දක්වන්නෙමු.)

න සොතතො ජායාරි එසස පඤ්චමා
න සද්දතො නොව උභිනන මනතරා -පෙ-
න ඝානතො ජායරි එසස පඤ්චමා
න ගනධතො නොව උභිනන මනතරා -පෙ-
න ජිවහතො ජායරි එසස පඤ්චමා
න රසතො නොව උභිනන මනතරා
න කායතො ජායරි එසස පඤ්චමා
න එසසතො නොව උභිනන මනතරා -පෙ- [වි. ම. 448]

ඵස්ස පඤ්චමා = ඇසීම පස් වෙනි කොට ඇත්තා වූ ඇසීම් ස්වභාවයෝ

සොතතො = කණ කෙරෙන්ද

න ජායරෙ = පහළ වනවා නො වේ. ජනිත වනවා නො වේ.

සද්දතො = ශබ්දය කෙරෙන්ද

න ජායරෙ = ජනිත වනවා නො වේ.

උභින්නං අන්තරාව = කණ සහ ශබ්දය යන මේ දෙක අතර මැදින්ද

නො ජායරෙ = ජනිත වනවා නො වේ.

සංඛතා = අදාල හේතුධර්මයන් එකතුවී සිදුකරන ඇසීම් ස්වභාවයෝ

හෙතුං පටිච්ච = කණ ශබ්දය ආදී හේතුන් පිහිට කොට ගෙන

පභවන්ති = ජනිත වෙත්,

යථාපි -පෙ- = උපමාවකට අනුව වනාහි -පෙ-

ඵස්ස පඤ්චමා = ආඝ්‍රානය පස්වෙනි කොට ඇත්තාවූ ආඝ්‍රාන ස්වභාවයෝ

ඝානතො = නාසය කෙරෙන්ද?

න ජායරෙ = ජනිත වනවා නො වේ.

ගන්ධතො = ගන්ධයෙන්ද

උභින්නාං අන්තරාව= නාසය සහ ගඳ යන මේ දෙක අතර මැදින්ද

නො ජායරෙ = -එම-

සංඛතා = අදාල හේතුධර්මයන් එකතු වී සිදුකරන ආඝ්‍රාන ස්වභාවයෝ

හෙතුං පටිච්ච = නාසයත් සන්ධයත් ආදී හේතුන් ප්‍රත්‍ය කරගෙන

පභවන්ති = පහළ වෙත්

යථාපි = උපමාවකට අනුව...

ඵස්ස පඤ්චමා = දැනීම පස් වෙනි කොට ඇත්තාවූ රස විඳීම් ස්වරූපයෝ

ජිව්හතො	=	දිව කෙරෙන්ද
න ජායරෙ	=	-එම-
රසතො	=	රසය කෙරෙන්ද
න ජායරේ	=	-එම-
උභිනනං අනතරාව	=	දිවද රසද යන මේ දෙක අතර මැදින්ද
න ජායරේ	=	-එම-
සංඛතා	=	අදාල හේතු ධර්ම සාමග්‍රියෙන් සිදු කරන ලද රස දැනීම් ස්වභාවයෝ
හෙතුං පටිච්ච	=	දිව රස ආදී හේතුන් ප්‍රත්‍යකරගෙන
පභවනති	=	පහළ වෙත්.
යථාව	=	උපමාවකට අනුව
ඵසස පඤ්චමා	=	පහස පස්වෙනි කොට ඇත්තාවූ විදීම දැනගන්නා ස්වභාවය
කායතො	=	කය කෙරෙන්ද
න ජායරේ	=	-එම-
ඵසසතො	=	ගැටෙන අරමුණ කෙරෙන්ද
න ජායරේ	=	-එම-
උභිනනං අනතරාව	=	කයද ස්පර්ෂයද යන මේ දෙක මැදින්ද
න ජායරේ	=	-එම-
සංඛතා	=	අදාල හේතු ධර්මයෝ එකතුව ඇති කරන්නාවූ හැපීම දැනගන්නා සවභාවය
හෙතුං පටිච්ච	=	කයත් හැපෙන හේතුන් ආදිය ප්‍රත්‍ය කරගෙන
පභවනති	=	පහළ වෙත්
යථාපි	=	උපමාවකට අනුව

න චක්ඛු රූපා පභවනති සංඛතා
න වාපි ධම්මායතනෙ හි නිගතා
හෙතුං පටිච්ච පභවනති සංඛතා
යථාපි සදෙදා පහතාය භෙරියා [වි. ම. 448]

සංඛතා	=	අදාළ හේතූන් එකතු වී පහළ වූ සිතුවිලි, මෙනෙහි කිරීම් ස්වභාවයෝ
වත්‍ථු රූපා	=	ඇසුර ලබන්නා වූ හෘදයවස්තු රූප කෙරෙන්
න පභවන්ති	=	ප්‍රභවය ලබනවා නො වේ
ධම්මායතනෙ චාපි	=	මෙනෙහි කරන්නාවූ සිතන්නාවූ, ආයතනයෙන්ද
න නිග්ගතා	=	පහළ වූනා නො වෙත්
සංඛතා	=	සිතිවිලි, මෙනෙහි කිරීම් ස්වභාවයෝ
හෙතුං පටිච්ච	=	හෘදය රූපය, ස්වභාවික අරමුණු ආදි හේතූන් ප්‍රත්‍ය කොට
පභවන්ති	=	පහළ වෙත්
යථාපි	=	උපමාවක් වශයෙන්
පහතාය	=	පහරදෙන ලද
හෙරියා	=	බෙරයෙන්
සද්දො	=	ශබ්දය
පභවති යථා	=	(බෙරය අත් පහර ආදී හේතූන් මත පිහිටා) පහළ වෙන්නා සේ ය.

එලෙස රූප-නාම දෙක වෙන්කොට දැනගන්නා තැනැත්තාට මෙලෙසට ද සළකා බලා තීන්දු කළ හැක්කේය. තීන්දු කරන ආකාරය වනාහි හිඳීම, සිටීම, යෑම, නැවීම, දිගහැරීම, දැකීම, ඇසීම ආදී ඉරියව් එකක් හුදු නාම වලින් පමණක් සම්පූර්ණ නොවේ. හුදු රූප වලින් පමණක් සම්පූර්ණ නොවේ. නාම -රූප යන දෙකම එකතුවීමෙන් ම සම්පූර්ණ භාවයට යයි. මෙලෙස සම්පූර්ණ භාවයට යා හැකි නාම- රූප දෙක මත ම රැඳී "මම හිඳ ගනිමි. මම සිට ගනිමි. මම යමි. මම නවමි. මම දිගහරිමි. මම දකිමි. මම අසමි" යනාදි ලෙසට කියමින් ව්‍යවහාර කරමින් සිටින්නේය. ඇත්ත වශයෙන් ම නම්..... හිඳීම- සිටීම- යෑම ආදිය කළ හැක්කාවූ මමෙක් සත්ත්වයෙක් යන්න නො පැනේ. හුදු නාම- රූප දෙක පමණක් ඇත්තේය. යන ලෙසට කරුණු සළකා බලා තීන්දු කරයි. පහත සඳහන් වන්නේ මෙම අදහස ඉඟිකරන්නාවූ විසුද්ධි මාර්ග කථාවකි.

අට්ඨො නාමං නිස්සාය රූපං පවත්තති. රූපං නිස්සාය නාමං පවත්තති. නාමස්ස ඛාදිතුකාමතාය පිවිතුකාමතාය බ්‍යාහරතුකාමතාය ඉරියාපථං කප්පෙතුකාමතාය සති රූපං ඛාදති පිවති බ්‍යාහරති ඉරියාපථං කප්පෙති [වි. ම. 448]

අට්ඨො	=	ඇත්ත වශයෙන් ම
නාමං නිස්සාය	=	කෑමට කැමැත්ත ආදී නාමයන් ආශ්‍රයකොට
රූපං පවත්තති	=	වැළඳීම ආදි රූප පහළ වේ.
රූපං නිස්සාය	=	ඇස ආදී රූපයන් නිශ්‍රය කොට ගෙන
නාමං පවත්තති	=	දැකීම ආදී නාමයෝ පහළ වේ.
නාමස්ස	=	නාමයේ
ඛාදිතු කාමතාය	=	කෑමට කැමැත්ත
පිවිතු කාමතාය	=	බීමට කැමැත්ත
බ්‍යාහරිතු කාමතාය	=	කතා කිරීමට කැමැත්ත
ඉරියාපථං කප්පෙතුකාමකාය	=	ඉඳීම-හිටීම-යෑම ආදී ඉරියාපයන් පැවැත්වීමට කැමැත්ත
සති	=	ඇති කල්හී
රූපං	=	රූපය තෙමේ
ඛාදති	=	කෑම කයි
පිවති	=	බීම බොයි
බ්‍යාහරති	=	කථාකරයි
ඉරියාපථං කප්පෙති	=	ඉඳීම- සිටීම - යෑම - නිදීම කරයි.

මෙම පාලියෙන් "කෑමට කැමැත්ත නාමයයි. කෑම වනාහි රූපයයි! බීමට කැමැත්ත නාමයයි. බීම වනාහි රූපයයි. කීමට කැමැත්ත නාමයයි. කීම වනාහි රූපයයි. හිඳීමට කැමැත්ත නාමයයි, හිඳීම වනාහි රූපයයි, සිටීමට කැමැත්ත නාමයයි, සිටීම වනාහි රූපයයි, යෑමට කැමැත්ත නාමයයි, යෑම වනාහි රූපයයි" යන මේ අර්ථයෝද සෘජුව ම දක්වති. තවදුරටත්

සමහර යෝගීන්ට උපමා ගෙන හැර දක්වීමෙන්ද සළකා බලා විනිශ්චය පහසු කළ හැක්කේය. මේ විසුද්ධි මාර්ගයෙන් උපුටා ගන්නා ලද පරිවර්තනයකි. අලවංගුව, රෝදය, මැදිරිය බෝන්ලීය ආදී කොට ඇත්තාවූ අංගෝපාංග සියල්ල ම එකක් වශයෙන් බැඳී පවතින අවස්ථාවේ පමණක් එය රථය යයි ව්‍යවහාරයට යයි. සාවධානව විමසා බලා මනසිකාරය පවත්වන්නේ නම් රථය නම් වූ වස්තුව ඇත්තට නො පැනෙන සේ ම දව උණදඬු ආදී ගෙයි අංගොපාංග යොදා බිත්ති බැඳ වහලය සෙවිළි කොට එකක් වශයෙන් පවතින්නේ නම් එවිට එය ගෙය යන ව්‍යහාරයට යන්නේ ම ය. එක එකක් කොටස් බෙදා සාවධානව බැලුවහොත් ගෙය යන වස්තුව නො පෙනෙන්නා සේද - පෙ - කඳ අතු කිනිති පත්‍ර ආදි ගසක කොටස් සමස්ථයක් වශයෙන් පවතින්නේ නම් ගස යන ව්‍යවහාරයට යයි, එක් එක් කොටසක් මත සාවධානව භාවනා කොට බැලුව හොත් ගස නම් වූ වස්තුව ඇත්ත වශයෙන් ම නො පැනෙන්නා සේ ද, යන මේ උපමාවන්ට අනුව පඤ්ච උපාදානස්කන්ධයෝ =නාම - රූප දෙක සමස්ථයක් ලෙස, ප්‍රවාහයක් ලෙස පවතින්නේ නම් සත්ත්වයෙක්ය - පුද්ගලයෙක් යයි ව්‍යවහාරයට යන්නේය. එක එක රූප-නාම ස්කන්ධයක් මතට පමණක් අවධානය යොමු කොට භාවනා කර බැලුව හොත් "මම වෙමි" යයි මාන වශයෙන් අල්ලාගැනීම හෝ "මම" යැයි දිට්ඨි වශයෙන් ගැනීම යන මේ දෙයාකාරයන්ගේ පිහිටා ඇත්තාවූ (විඤ්ඤානය ආදී වශයෙන් ව්‍යවහාරය ඇත්තාවූ) සත්ත්වයා යන්නක් පරමාර්ථ වශයෙන් (සාක්ෂාත් කර හැකි ස්වභාවයක් = තත්‍ය වූ ස්වභාවයක්) නැත්තේ ම වේ. ඇස් පනා පිට දක මුල ස්වරූපයන්ට අනුව තත්‍ය ස්වභාව වශයෙන් අරමුණ වෙතට නැමිය හැකියා හැකි අරමුණ දත හැකි නාම ස්වරූපය සහ අරමුණ නො දත හැකි විකාර භාවයට පත්වෙන, විවිධාකාර ව වෙනස් වෙන, වෙනස් භාවයකට පත්විය හැකි රූප ස්වභාවය පමණක් ඇත්තේ යයි නිරවද්‍ය ලෙස තීන්දු කරයි. මෙලෙස දක දන අවබෝධ කර ගන්නා පුද්ගලයාගේ දැනුම යථා භූත දස්සන = තත්ත්වාකාරයෙන් දක දන ගන්නා ඤාණය නම් වේ. (වි. ම. 446) දිට්ඨි විසුද්ධියම වේ.

එසේ නමුදු උපමා දක්වීම වනාහි සාරය නො වේ. මෙනෙහි කරන මෙනෙහි කරන අවස්ථාවෙහි විශේෂයෙන් කල්පනාවට ඉඩනොදී හුදු

මෙනෙහි කිරීමෙන් ම නාම - රූපයන් වෙන් වෙන්ව දැක දැන "මෙම ශරීරයෙහි අරමුණ දැන ගත හැකි නාම සහ අරමුණ දැනගත නො හැකි රූප යන මේ දෙවගීය පමණක් ඇත්තේය. මේ දෙකෙන් තොර වෙනම ම සත්ත්වයෙක් - මමෙක් - ආත්මයක් - විඤ්ඤාණයක් නොමැත්තේය."යි නිරවුල්ව තින්දුවකට බැසගැනීමට හැකිවීම ම සාරය වන්නේය. එම නිසා මෙනෙහි කරන වාරයේ අවුලකින් තොරව අනායාසයෙන් ම පැහැදී මෙලෙස තීන්දු කළ හැකි උසස් ඤාණ ය, මුදුන්පත් වූ නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණ නම් වේ. මෙම ඤාණයම - මමෙක් "ආත්මයක් ඇත්තේ" යයි සිතින් බැඳි ගන්නා අත්ත දිට්ඨි කෙලශය පිසදමා බැහැර කළ හැකි දිට්ඨි විසුද්ධිය නම් ද වේ. පහතින් දැක්වෙන්නේ මහා ටීකා විවරණයයි.

නාම රූපානං යථාවදස්සනන්ති ඉදං නාමං, එත්තකං නාමං, න ඉතො භියෙයා, ඉදං රූපං එත්තකං රූපං න ඉතොභියෙයාති ච තෙසං ලක්ඛණ සලලක්ඛණ මුඛෙන ධම්ම මත්තභාව දස්සනං අත්තදිට්ඨි මල විසොධනතො දිට්ඨි විසුද්ධි වෙදිතබ්බං [මහා. ටී. (බු.) 2/367]

නාමරූපානං යාථාව දස්සනන්ති	=	නාම සහ රූපයන්ගේ තත්ස්වාකාරය දැකීම යන්න වනාහි
ඉදං	=	මෙනෙහි කොට දතයුතු මේ ස්වභාවය
නාමං	=	අරමුණ දෙසට නැවීමට හැකි, යෑමට හැකි අරමුණ දැකගත හැකි නාම ධර්මය
එත්තකං	=	මෙනෙහි කොට දත්තාක්
නාමං	=	අරමුණ ද දත හැකි. නාම ධර්මය (මෙනෙහි කොට දැනගත හැකිතාක් නාම-රූපයෝ අරමුණු කොට "මේ තාක් වනාහි නාමයෝ ම වෙත්, මම නො වෙමි" යයි දැන ගැනීම කෙරේ.)
අදහස්		
ඉතො	=	මෙනෙහි කොට දැනගත් මේ නාම ධර්මයන්ට

හියෙයා = වැඩි වූ මමෙක්, සත්ත්වයෙක්

න = නැත්තේය

ඉති ච = මේ තාක්ද, (ධම්ම මත්ථ සභාව දස්සනං අත්තදිට්ඨි මල විසොධනතො - යන මේ පදය ගෙන ස්ථානයට අනුව පරිවර්තනය කරන ලද අර්ථය ම වේ)

ඉදං = මෙනෙහි කොට දත යුතු මේ ස්වභාවයද

රූපං = රූප්පන සවභාවය ම ප්‍රකට, විකාර විය හැකි, පෙරළිය හැකි රූප ධර්ම වේ.

එත්තකං = මෙනෙහි කොට දත්තාක්

රූපං = රූප ධර්ම පමණක් වේ.

ඉතො = මෙනෙහි කොට දැක ගත මේ රූප ධර්මයන්ට වඩා

හියෙයා = වැඩිවූ මමෙක්, සත්ත්වයෙක්

න = නැත්තේය.

ඉතිච = මේ තාක්ද

තෙසං = එම නාම-රූප ධර්මයන්ගේ

ලක්ඛණ සල්ලක්ඛණමුඛෙන = ස්වභාව ලක්ෂණයන් මෙනෙහි කිරීම මුඛ්‍ය කිරීම් වශයෙන්

ධම්ම මත්ත භාව දස්සනං = මමෙක් සත්ත්වයෙක් නැත්තේය, ධර්ම ස්වභාවය පමණක් ඇත්තේය යන මෙය දැකීම, දැනීම

අත්තදිට්ඨි මල
විසොධන තො = අත්තදිට්ඨිය යන කෙළෙස් මළ පිසහැරීමට, දුරුකිරීමට හැකි බැවින්

දිට්ඨි විසුද්ධි = දිට්ඨි විසුද්ධිය නම් වේ.

ඉති වෙදි තබ්බං = මෙලෙස දතයුතුයි.

රුප්පන කක්ඛලත්ත ආදි කොට ඇත්තාවූ රූපයන්ගේ සවභාව ලක්‍ෂණ හා නමන ඵුසන, වේදියන, සංජානන, විජානන ආදීකොට ඇත්තාවූ නාමයන්ගේ සවභාව ලක්‍ෂණ යන මේවා ඒ ඒ රූප නාමයන්ගේ උප්පාද ඨිති භංග යන තුනෙන් ඨිති භංග යන ක්‍ෂණයන්හි පමණක් ප්‍රකටව පැනේ. ගතවූ, මතු පහළ වන්නාවූ ක්‍ෂණයන්හි ප්‍රකට නැත. එම නිසා රූප නාමයන්ගේ ස්වභාව ලක්‍ෂණ පහළ වන පහළ වන ක්‍ෂණයේ මෙනෙහි කිරිම මගින් ම පමණක් තත්ත්වාකාරයෙන් දත හැක්කේය. මෙලෙස ස්වභාව ලක්‍ෂණයන් පහළවන ක්‍ෂණයෙහි මෙනෙහි කිරීම මුඛ්‍ය වන බැවින් ප්‍රධාන බැවින් "මමෙක් සත්ත්වයෙක් වනාහි නොමැත්තේය. ධර්ම ස්වරූපය පමණක් ඇත්තේය" යැයි දැක දැන වටහාගැනීම දිට්ඨි විසුද්ධි නම් වේ. අත්ත දිට්ඨි කෙළෙස් මළ පිසදමා බැහැර දැක දැන ගැනීම යැයි අදහස් කෙරේ.

නාම - රූප පරිච්ඡේද ඤාණය හා දිට්ඨි විසුද්ධිය නිමි.

පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය හා කංඛා විතරණ විසුද්ධිය

එතසෙසවං පන නාම - රූපසස පචචය පරිගගහණෙන තිසු අද්ධාසු කංඛංවිතරිත්වා ඨිතං ඤාණං කංඛාවිතරණ විසුද්ධි නාම [වි. ම. 449]

එතසෙසව නාම රූපසස	=	මෙනෙහි කොට දැනගත්තාවූ මේ නාම රූපයන්ගේ ම
පචචය පරිගගහනෙන	=	ප්‍රත්‍යය පරිග්ගහ කිරීමෙන්
තිසු අද්ධාසු	=	අතීත- අනාගත- වර්තමාන යන කාල තුනෙහි
කංඛං	=	සැකය
විතරිත්වා ඨිතං	=	ඉක්මවා, බැහැර කොට සිටි
ඤාණං	=	"හේතු රූප-නාම ධර්මයන් නිසා පහළ වන ඵල රූප-නාම පමණක් ඇත්තේය." යයි දැනගත්තා ඤාණය
කංඛාවිතරණ විසුද්ධි නාම	=	සැකයක් ඉක්මවා සිට පිරිසිදු වූ ඤාණය නම් වේ.

පහළ වන පහළ වන අවස්ථාවේ මෙනෙහි කොට රූප නාමයන්ගේ තත්ත්වාකාරය වටහා ගත්තාවූ තැනැත්තා එම රූප නාමයන්ගේ පහළ වීමට හේතුව ද මෙනෙහි කරන අතර වාරයේම යෝග්‍ය ආකාරයෙන් දැක දැන ගනී. එම අවස්ථාවේ "මෙලෙස වූ හේතුන් නිසා ම තුන්කාලයෙහි මෙයාකාර වූ ම නාම-රූපයෝ පහළවීම වන්නේ" යැයි දැක දැන වටහා ගන්නා පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය පහළ වේ. මෙම ඤාණය පහළ වන ආකාරය ඒ ඒ පුද්ගලයාගේ අජ්ඣාසය හා පාරමී ඤාණයන්ට අනුව විවිධ වේ. එම නිසා මේ ඤාණය පහළ වන ආකාරය විසුද්ධිමාර්ගයෙහි පස් ආකාරයකට බෙදා දක්වා ඇත.

"මමෙක් සත්වයෙක් වනාහි නැත්තේය. නාම - රූප දෙක පමණක් ඇත්තේය"යි වටහාගන්නා ලද යොගාවචරයාට මෙනෙහි කරන අතර වාරයේදී ම එම නාම රූපයන්ගේ හේතුව විමසා සළකා බැලිය හැක්කේය. සළකා බලන්නේ නම් "අහේතුක ව ඉබේ ම පහළ වන්නේය" යි ද පිළිගත නො හැක්කේය, මක්නිසාදයත් සමහර හේතු ධර්මයෝ ඇස්පනාපිට දැක ගත හැකි බැවිනි. දැකගන්නා ආකාරය වනාහි පසුව දක්වන්නෙමු. තවදුරටත් "සර්ව බලධාරී දෙවියන්වහන්සේ, බ්‍රහ්මයෙක්, ශක්‍රයෙක්, මැවුම් කාරයෙක්" යන්න ද පිළිගත නො හැක්කේය. මක්නිසාදයත්.... සමහර හේතුන් නිසා රූප-නාමයන් පහළ වීම ඇස්පනාපිට දැක ගැනීම අනුව මෙසේ අනුමාන කොට දත හැක්කේය. දැනගන්නා ආකාරය වනාහි... මැවුම් කරු යනු, සිතින්ම සිතාගෙන බැඳීගත් එම සර්වබලධාරියා බ්‍රහ්මයා - ශක්‍රයා - දෙවියා ද මා මෙන් ම නාම-රූප දෙකකින් ම යුත් ශරීර ඇත්තෝය. ඔවුන්ගේ නාම රූපයන්ට ද තම නාම රූපයෝ මෙන් කිසියම් තව කෙනෙක් පහළ වීම් පිණිස මැවීම් කළ නො හැක්කේ යයිද ඉදින් මැවිය හැක්කේ නම් ඔහුන්ගේ ශරීර කවුරුන් විසින් මවන ලද්දක් ද, ඒ මවනු ලබන්නා කවුරුන් විසින් මවනු ලැබුවෙක් ද, යන මේ ක්‍රමයෙන් මවනු ලබන්නාගේ ප්‍රභවය සොයා කෙළවර කර නො හැකි බවක් ඇත්තේ යයි ද යන මේ ලෙසට අනුමාන කොට වටහාගත හැක්කේය. එම නිසා "යමෙක් විසින් මවන ලදී" යයි යන්න ද පිළිගත නොහේ.

දැක ගත හැකි ප්‍රථම ක්‍රමය

සමහර යෝගීහු හේතු ධම්යෝ මෙසේ දකිති. පෙර භවයේදී සිදුකරන ලද අවිජ්ජා, තණ්හා උපාදාන, කම් යන හේතු සතර (4) නිසා පටිසන්ධියේ පටන් මේ දක්වා රූප සන්තතිය නො සිඳ පහළ වෙන්නාහු ය. මේ භවයේ කන - බොන ලද ආහාර නිසා මේ රූප කය සන්තතිය නොසිඳ තහවුරු ලෙස පවතී. හිඳී මේ කැමැත්ත, නැවීමේ කැමැත්ත ආදී සිත් නිසා හිඳී මේ රූප, නැවීමේ රූප, ආදිය පහළ වෙත්, උණුසුම් භාවය, සීතල භාවය නිසා උණුසුම් රූප, ශීතල රූප පහළ වේ. යැයි රූපයේ හේතුන් දැකගනී.

මේ හේතුන් තුළින් චිත්ත, උතු, ආහාර යන්නාවූ වතීමාන හේතුන් මෙනෙහි කොට බලා ඇස් පනා පිට ද දැක ගත හැක්කේය. අවිජ්ජා, තණ්හා, උපාදාන, කම් යන අතීත හේතුන් වනාහී ඇස් පනාපිට දැක ගත නො හැක්කේය. එසේ වතුදු **දිට්ඨිච උජුකා** යන්නට අනුව විපස්සනා භාවනා කරන්නෙක් පාසා ම "කුසලධම් නිසා හොඳ භවයක්, හොඳ කම් ඵල පහළ වේ. අකුසල ධම් නිසා නරක භවයක්, නරක කම් ඵල පහළ වේ" යැයි භාවනා කිරීමට කලින් ද මනාකොට ම ඒත්තු ගෙන ඇත්තේය. එම නිසා දැන් වතීමාන ව පහළ වන්නා වූ අවිජ්ජා, තණ්හා, උපාදාන, කම්යෝ මෙනෙහි කොට සළකා බලා ඇස්පනා පිට දුටු අවස්ථාවේ අතීත භවයේදී සිදුකරන ලද එම හේතුන් ද අනුමාන වශයෙන් සිතා තර්කාන්විතව දැකගත හැක්කේය. විස්තර වශයෙන් දක්වතොත්, ඇතිතාක් නාම - රූප භවයෝ දුක ම යැයිද එම නිසා රූප භවයන් කැමැති වන්නාවූ තණ්හාව දුකෙහි හේතුව යැයි ද, තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීම = විද්‍යාමාන නො වීම **"අප්පටිපත්ති අවිජ්ජා"** නම් වේ. දුක්ඛ සත්‍යය, සමුදය සත්‍යය යන මේවා "තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීමය"යි මින් අදහස් කෙරේ. මතුමත්තෙහි මෙම නාම-රූප භවයන් ම සැපයයි, එම ආසාව උතුම් යයි කියා ද මනාපය ම සැපයට සෞභාග්‍යට හේතු යයි කල්පනා කිරීම **මිච්ඡා පටිපත්ති අවිජ්ජා** නම් වේ. දුක්ඛ සත්‍යය, සමුදය සත්‍යය, යන මේවා විපරිත ලෙස වටහා ගැනීම වරදවා වටහා ගැනීම යයි අදහස් කෙරේ. මෙම අවිද්‍යා දෙවගීය පෘතග්ජනයන්ගේ සන්තානයන් සතබහුල ලෙස මුළා කරමින් පහළ වෙමින් පවතින්නේය. සුතමය ඤාණයට අනුව සළකා බලා තුනී

කරන්නේ නමුදු සහමුලින් දුරුවන්නේ නො වේ. එම නිසා ම දිවා - රාත්‍රී නො තකා මනාපය, කැමැත්ත යන මේවා වැඩි වැඩියෙන් ලැබීමට රුකුල් දෙමින් සිත උදෝගිමත් කරමින් සිටින්නාහ. වර්තමාන ව ඇත්තා වූ නාම - රූප භවය තහවුරු කර ගැනීමට ද ඉදිරියෙහි නාම - රූප භවය සමෘදිමත් කරගැනීමට බලා පොරොත්තු ඇතිවද දිවා- රාත්‍රී නො තකා වෙහෙස වෙමින් සිටිත්.

තව දුරටත් හේතුවන්නාවූ කෙලෙස් සහ කර්ම සංසිඳුවා පරිනිබ්බාන චුතියෙන් පසු මනුෂ්‍ය- දිව්‍ය - ස්ත්‍රී - පුරුෂ භාවයකට නො පැමිණ නාම-රූප යන්ගේ සම්පූර්ණ නිරෝධය, වෙනත් ආකාරයකට කිවහොත් නැවත පහළ නො වීම අනුපාදිසේස නිබ්බානය නම් වන නිරෝධ සත්‍ය වන නිවන "හොඳය- සැපය යැයි ද එම නිවනට පත්කළ හැකි විපස්සනා ප්‍රතිපදාව සහ මාර්ග ප්‍රතිපදාව එම සුවය ලැබීම සඳහා සම්පූර්ණ කළ යුත්ත" යැයි ද තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීමද නො සිතීමද **අපපටිපතති** අවිද්‍යාව ම වේ. "නිරෝධ සත්‍යය, සහ මාර්ග සත්‍යය, යන මේවා තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීම" යන්න මින් අදහස් කෙරේ.

තවදුරටත් නිවන "නරකයැ"යි කියා ද, විපස්සනා සහ මාර්ග ප්‍රතිපදාව "දුක පිණිස වන්නාවූ කට යුත්තකි" යයි කියා ද සළකා විශ්වාස කිරීම **මිච්ඡා පටිපතති අවිජ්ජාව** නම් වේ. "නිරෝධ සත්‍යය, මාර්ග සත්‍යය යන මේවා විපත්ති ලෙස වටහා ගැනීම" යන්න මින් අදහස් කෙරේ. මෙම අවිද්‍යා දෙක බලවත් වූ පුද්ගලයා නිවන නරක දෙයක් යැයි ම අදහා ගනී. "පරිනිබබානයට සැපත් වූ කල්හි සියල්ල නැති වන්නේය, කිසිවක් දැන ගැනීමට විඳ ගැනීමට නො ලැබේ. කිසි ම කෙනෙක් හමුවිය නො හැක්කේය" මේ ආදී ලෙසින් සළකන බැවින් නිවනට සැපැත් වීම ගැන පවා බියට පත්විය හැක්කේය. "මහා මරණයක්-කිසිම හොඳක් නැත "යයි කියා ද ළාමක කොට සැළකිය හැක්කේය. නිවන ලබා ගැනීමට වීරිය කරමින් සිටින පුද්ගලයා ද "කාය-චිත්ත දුක පිණිස කටයුතු කරමින් සිටී, මහා මරණයෙන් (මරණයට පත්වීමට) වීරිය කරමින් සිටී යැ"යි ළාමක කොට සිතිය හැක්කේය.

චතුරාර්‍ය සත්‍යය පිළිබඳ හුදු නො දැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම යන මේ අවිද්‍යාවෝ පෘථග්ජනයෙක් පාසා සන්තානයන්හි උපාදාන

වශයෙන් යෝග්‍ය පරිදි පහළ වෙත්. ආරම්මණානුසය කැමතිවීම් වශයෙන් මෙනෙහි නො කළාවූ සෑම අරමුණක් පාසා ම පැන නඟිති. එම නිසා යෝගී තෙම මෙම අවිද්‍යා පහළ වන මොහොතේ ද මෙනෙහි කොට දකී, පෙර සිදුවූවක් සිහිපත් වීමෙන් ද ඇස්පනාපිට දැක ගනී, තව දුරටත්, නාම-රූප භව සන්තතිය හොඳය උතුම් යයි සළකන බැවින් මනාප වෙයි. එහි සිත බිඳ. තණ්හාව ම වේ, සිත් අලවන බැවින් "කෙලෙස සිදුකළ හොත් සැපයට පත්විය හැක්කේ ද"යි තප්පර වෙයි. බැඳී ගනී, උපාදානය ම වේ. තප්පර වී එහි ම බැඳී ගන්නා නිසා යම්කිසි කර්මාන්තයක් කරයි. කර්මය වේ. එම නිසා මෙම තණ්හා- උපාදාන- කර්මයෝ සිදුවන සිදුවන මොහොතේ මෙනෙහි කොට ද, පෙරවූවක් සිහිපත් වීමෙන් ද ඇස් පනාපිට දැක ගනී. මෙලෙසට කර්ම පහළ කෙරේ නම් අවිද්‍යා, තණ්හා, උපාදාන යන හේතුන්ගෙන් ද පහළ වෙත්" යැයි අනුමාන කොට සළකා බලා ඒත්තු ගත හැක්කේය. මෙය වනාහි රූපයන්ගේ හේතූන් පච්චක්ඛ, අනුමාන ඥාණයන් මගින් දැක පරිග්‍රහ කරන ආකාරයයි.

නාමයේ හේතුන් පරිග්‍රහ කරන ආකාරය වනාහි "දකිනවා" යැයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ "ඇසත්-රූපයත් ඇතිව දැකීම සිදුවේ යැයිද, සිතත්-රූපයත්- දැකීමත් යන මේ තුන නිශ්‍රය කොට සිතත් අරමුණත් එකට ගමන්කරයි යැයි"ද දැක දැන වටහා ගනී. එසේම අසනවා යයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ කණත් ශබ්දයත් ඇතිවිට ම අසයි. "කණත් සද්දයත් ඇසීමත් යන මේ තුන නිශ්‍රය කොට ගෙන අරමුණ සහ සිත එකට ගමන් කරයි, යැයිද" "හැපෙනවා" යැයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ "කයත් - රූපයත් ඇතිව ගැටීම වේ. කය- හැපෙන වස්තුව- හැපීම යන මේ තුන එකතුවීම මත අරමුණ සහ සිත එකට ගමන් කරයි කියාද- හිතයි- දැනගනී යයි මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ හෘදය වස්තුව සහ දැන ගන්නා දෙයක් ඇතිව, හිතයි- දැනගනී යැයි මෙනෙහි කරයි. හෘදය වස්තුවත් අරමුණත් දැනගැනීමත් යන මේ තුන එකතු වීම මත අරමුණ සහ සිත එකට ගමන් කරයි. දැක දැන ගෙන ඒත්තු ගනී, තවදුරටත් දකිනවා - අසනවා - හැපෙනවා - හිතෙනවා" ආදී වශයෙන් මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ "අරමුණ සමඟ ගැටීම සිදුවී කයෙහි, සිතෙහි හොඳවීම, නරක්වීම වේ" යැයි කියා ද "ප්‍රිය වූ හමුවීමක් තවත් හොඳ වේවා සැපවත් වේවා, අප්‍රිය වූ හමුවීමක් විෂයෙහි

එම අප්‍රිය භාවය දුරු වේවා, සැපවත් වේවා යයි කියාද සැප කැමති භාවය පිණිස කුමක් කළ හොත් හොඳ දැයි වැඩිදුර සිතා සිතින් දැඩිකොට අල්ලා ගනී. සිතින් ගනී යැයිද අල්ලා ගැනීම නිසා (හොඳ යැයි සිතා) සුචරිත-දුශ්චරිත කිරීමට-කීමට හිත යොදයි යයි කියා ද යනාදි වශයෙන් නාමයේ හේතූන් සුදුසු ලෙසට ඇස්පනාපිට දකී. මේ වනාහි නාමයේ හේතු දැක දැන පරිග්‍රහ කරන ආකාරයයි.

අතීතය සහ අනාගතය කෙරෙහි අනුමාන ඥාණ පහළවීම

මෙලෙස දැක දැන ගත් යෝගාවචරයා "මේ භවයේ නාම-රූපයන් හේතු නිසා නාම-රූපයන් පහළ වූයේ යම් සේද එසේම අතීත භවයන්හීද මෙලෙස හේතුධර්මයන් නිසාම මෙලෙසට නාම-රූප දෙක පමණක් පහළ කළේය. ඉදිරි භවයන්හි ද මෙලෙස වූ හේතූන් මගින් ම මෙලෙස වූ නාම-රූප දෙක පමණක් පහළ කරන්නේය"යි අනුමාන ඥාණයෙන් අනුමාන කොට සළකා බලා තීරණයකට එළඹේ.

සො එවං පච්චයතො නාමරූපස්ස පවත්තිං දිස්වා යථා ඉදං එතරහි එවං අතීතෙපි අද්ධානෙ පච්ච යෙතො පවත්තිත්ථ, අනාගතෙපි පච්චයතො පවත්තිස්සතීති සමනුපස්සති. [වි. ම. 450]

සො = එම යෝගී තෙමෙ

එවං = මේ කියන ලද ක්‍රමයට අනුව

පච්චයතො = හේතූන් නිසා

නාම රූපස්ස පවත්තිං දිස්වා = වර්තමාන භවයේ නාම-රූපයන්ගේ පැවැත්ම දැක (ටීකා දක්වීමට අනුව, **එතරහි පවත්තිං දිස්වා**)

ඉදං = මේ නාම -රූපයෝ

එතරහි = වර්තමාන කාලයේ

පවත්ති යථා = හේතූන් නිසා පහළ වන්නා සේ

එවං = මේ ක්‍රමයටම

අතීතෙපි අද්ධානෙ = අතීත භව කාලයෙහි ද

පච්චයතො පවත්තිතථ	=	මේ කියන ලද ක්‍රමයට හේතූන් නිසා පහළ විය.
අනාගතෙපි	=	අනාගතයෙහි ද
පච්චයතො පවත්තිස්සතීති	=	හේතූන් නිසා පහළ වන්නේය යැයි
සමනුපස්සති	=	භවනානුකූලව විමසා බලයි.

මෙලෙස තීන්දු කරන්නාවූ යෝගීතෙමේ අතීත-අනාගත- වර්තමාන යන කාල තුනෙහි හේතු රූප-නාම සහ ඵල රූප - නාමයෝ පමණක් ඇත්තේ යයි දැක දැන එකඟ වූ බැවින් ආත්මයක් - මමෙක් හා සම්බන්ධ සැකයන් 16 අතහැර නිදහස් වෙයි.

දහසය ආකාර සැකයන්

1. වර්තමාන භවය පහළ වීමට කලින් පෙර කාලයේ මා සිටියෙම් දැයි සැක කිරීම එකකි.

2. වර්තමාන භවය පහළවීමට කලින් පෙර කාලයේ මා නොසිටියෙම්දැයි සැක කිරීම එකකි (මේ දෘෂ්ටින් දෙකකි. පළමු වැන්න මේ භවය පහළ වීමට කලින් ආත්මයක් සදාකාලිකව තිබුනේ දැයි සැක කිරීම. දෙවැන්න ආත්මයක් ඉස්සර කාලයේ නොතිබී මේ භවයේ දීම ඉබේ පහළ වී දැයි සැක කිරීම.)

3. මා පෙර කාලයේ කවරෙක්ව සිටියෙම් දැයි වරදවා වටහා ගැනීම (කුමාරයෙක්, සිටුවරයෙක්, ධනවතෙක්, දුප්පතෙක්, මනුෂ්‍ය භික්‍ෂුවක්, බුරුම ජාතිකයෙක්, බ්‍රහමයෙක්, දෙවියෙක්, මනුෂ්‍යයෙක්, තිරිසනෙක් ආදීන් තුළින් කුමන වර්ගයක් වූයේදැයි සැක කිරීම මින් අදහස් කෙරේ.)

4. මා අතීතයේ කෙබන්දෙක් වැ, කුමන රූපසණ්ඨානයක් තිබුණේ දැයි වරදවා වටහා ගැනීම එකකි. (රූපසටහන දිග එකක් ද උස එකක් ද කෙටි එකක් ද මිටි එකක් ද සුදු එකක් ද කලු එකක් ද යන මේ ආදී වශයෙන් සැක කිරීම කියැවේ) වෙනත් විධියකට දක්වතොත් ආත්මය අතීතයෙහි කුමන හේතුවකින් පහළ වී දැයි සැක කිරීම (සදාකාලික දෙවියන් විසින් මවන ලදුව පහළ වීද බ්‍රහ්මයා ශක්‍රයා විසින් මවන ලද්දේද අහේතු ව ඉබේ පහළ වී දැයි සැක කිරීම මින් අදහස් කෙරේ.

5. මා පෙර භවයන්හි කවරෙක්ව සිට කවරෙක් වූයෙම්දැයි සැක කිරිම, මේවා වනාහි අතිත කාලය හා බැඳී පහළ වන්නාවූ පූර්වාන්ත සංඛ්‍යාත සැක (5) පහ වෙත්

1. මරණයෙන් මතු කාලයෙහි මා වන්නෙම් දැයි සැක කිරීම
2. මරණයෙන් මතු කාලයෙහි මා නොවන්නෙම් දැයි සැක කිරීම

මේ දෘෂ්ටි දෙක තුළින් පළමුවැන්න වර්තමාන භවයේ මරණයෙන් පසු අනාගත කාලයෙහි ද ආත්මය නො නැසී සදාකාලිකව පවතින්නේ දැයි සැක කිරීම, දෙවැන්න මරණයෙන් පසු කාලයේහි ආත්මය උච්ඡෙද වී සිදී යන්නේ දැයි සැක කිරීම.

3. මා අනාගත භවයේ කුමන ජාතියක පහළ වන්නේ දැයි සැක කිරීම (රජ කුමරෙක් වෙයිද ආදී වශයෙන් සැක කිරීම.)
4. මා අනාගත භවයේ කෙබන්දෙක් = කුමන රූප සණ්ඨානයක ඇතිව පහළ වන්නේ ද යැයි සැක කිරීම වෙනත් ආකාරයකට දක්වතොත් ආත්මය අනාගත භවයෙහි කුමන හේතුවක් කරන කොට ගෙන පහළ වනු ඇත්දැයි සැක කිරීම, (තව කෙනෙක් විසින් මවන ලදුව පහළ වන්නේද, අහේතුකව ඉබේ පහළ වන්නේ දැයි සැක කිරීම.)
5. මා මතු මතු භවයන්හි කුමන ජාතියෙන් කුමන ජාතීන්ට මාරු වන්නේ දැයි සැක කිරීම

මේ වනාහි අනාගත කාලය හා බැඳී පහළ වන්නා වූ අපරාන්ත සංඛ්‍යාත සැක 5 ආකාරයෝ වෙත්...

1. මේ කයෙහි සත්ත්වයෙක් , ආත්මයක්, මමෙක්, විඥ්ඥාණයක් සත්ත්වයෙක් වන්නේ දැයි සැක කිරීම.
2. මෙම කයෙහි සත්ත්වයෙක්, ආත්මයක්, මමෙක් විඥ්ඥාණයක් නොවන්නේ දැයි සැක කිරීම.
3. මා කවරෙක්, කුමන ජාතියේ කෙනෙක්ව වන්නේ දැයි සැක කිරීස
4. මා කෙසේ, කුමන රූප සටහනක් ඇතිව වන්නේ දැයි සැක කිරීම

(විශාලද කුඩාද රවුම්ද පැතලිද හතරැස් වී පවතින්නේද ශඩස්‍රාකාරව පවතින්නේද යනාදී වශයෙන් ආත්මයේ සණ්ඨාන සැක කිරීම. වෙනත් ආකාරයකට වනාහි ආත්මය කුමන හේතුවක් කරන කොට ගෙන පවතින්නේ දැයි සැක කිරීම. (කෙනෙක් විසින් මවන ලදුව පහළ වී පවතින්නේද අහේතුකව ඉබේම පහළ වී පවතින්නේ දැයි සැක කිරීම.

5. මා වනාහි කුමන භවයෙන් මේ භවයට මාරු වූයේ දැයි සැක කිරීම.

6. මා මරණයෙන් මතු කුමන භවයකට මාරු වන්නේ දැයි සැක කිරීම. මේවා වනාහි වර්තමාන කාලය මත පිහිටා පහළ වන්නා වූ හය (6) ආකාර සැකයන් වෙත්.

සැකයන් පහ කරන ආකාරය

අත්තාභි නිවෙසුපනිස්සයා හි අහොසිං නුඛො අහනති
ආදී නයපවත්තා සොළස වත්ථුකාකංඛා [මහා. ටී. (බු.) 2/83]

අහොසිං නුඛො අහංති ආදි නයපපවත්තා	=	අතීත කාලයේ මා වූයෙම් ද යනාදි ලෙසට වන්නාවූ
සොලස වත්ථුකා	=	දෘෂ්ඨීන් 16 ආකාරව පිහිටන වස්තු
කංඛා	=	සැක කිරීම
අත්තාභිනිවෙසුපනිස්සයා	=	ආත්මයක් ඇත්තේ යයි අභිනිවෙසනය කිරීම
	=	ආත්මදෘෂ්ඨිය සරණ යෑම හේතුවකොට පවතී.

මේ ටීකාවට අනුව "ආත්මයක්, මමෙක් ඇත්තේ ය"යි සළකා එහි බැඳී ගන්නා පුද්ගලයාට පමණක් 16 ආකාර වූ මේ සැක පහළ විය හැක්කේය. "හේතු -ඵල, නාම-රූප සම්බන්ධයක් පමණක් ඇත්තේය. ආත්මයක් නැත්තේය" යයි මනාකොට දැක දැන ගෙන වටහා ගත් පුද්ගලයාට එම සැක පහළ විය නොහැක්කේය. වික්ඛම්භන නිරෝධ වශයෙන් දුරුවී සංසිඳී යෑම වන්නේ ම ය.

උපමාවක් වශයෙන් හාවුන්ට අං නැත්තේය. සහතික ලෙස නොදන්නේ නම් "හාවුන්ට අං ඇත්තේද නැත්තේද හාවන්ගේ අං කෙලෙස

වනු ඇද්ද"යි ආදී වශයෙන් සැක කිරීම් විය හැක්කේය. හාවුන්ට අං නැත්තේයයි සහතික ලෙස දන්නේ නම් එලෙස වූ සැක පහළ විය නොහැක්කේ ම ය. මේ වනාහි නාම- රූපයන්ගේ හේතූන් දැක බලා සැකයන් දුරු කරන පළමුවෙනි ක්‍රමය වේ.

දැන ගන්නා දෙවැනි ක්‍රමය

සමහර යෝගීන් වනාහි හේතු ධර්මයෝ මෙසේ ද දැන ගනී. එනම්... ඇස සහ වර්ණ රූප ඇතිකල්හි දකී. කණ සහ ශබ්දය ඇති කල්හි අසයි. නාසය සහ ගඳ ඇති කල්හි විඳී, දිව සහ රස ඇති කල්හි ඇඹුල් පැනි රස ආදී වශයෙන් දනී. කය සහ පොට්ඨබ්බ රූප ඇති කල්හි පහස ලබයි. හෘදය වස්තුව සහ විවිධ ධර්ම ස්වරූප ඇති කල්හි සිතයි - කල්පනා කරයි මෙනෙහි කරයි. සම්‍යක් ලෙස මනසිකාරය යොදවා කුසල කර්ම කරයි. භාවනා මනසිකාරය පවත්වයි. ප්‍රතිරූප දේශයන් හි වාසය කොට කල්‍යාණ සත්පුරුෂයන්ගේ ආශ්‍රය ලබයි. උතුමන්ලාගේ සම්‍යක් ධර්මයට ඇහුම් කන් දී පෙර කරන ලද පාරමී කුසල් දියුණු කරයි. භාවනා මනසිකාරය වශයෙන් විපස්සනාව වඩයි. අසම්‍යක් ලෙස මනසිකාරය යොදවා නොගැළපෙන ස්ථාන වල වාසය කොට බාල පුරුෂයන් සමඟ මිත්‍ර වී ඔවුන්ගේ කතාවලට ඇහුම් කන් දී පෙර කරන ලද පාරමී කුසල් ද මඳ බැවින් අකුසල් රැස්කරයි. කුසල කර්මයන් නිසා (අවිද්‍යා, තණ්හා, උපාදාන හා කුසල කර්මයන් ඇතිවී) සුභ ඵල විපාක පහළ වේ. (හොඳ භවයක ඉපදීම හොඳ රූප දකින්ට ලැබීම හොඳදේ අසන්ට ලැබීම ආඝ්‍රානය කරන්න ලැබීම, වළඳන්නට ලැබීම, පහස ලැබීම, දැනගන්නට ලැබීම, හොඳ ඵල විපාක නම් වෙත්). නරක කර්මයන් නිසා (අවිද්‍යා තණ්හා උපාදාන සමග යෙදෙන අකුසල කර්ම නිසා) නරක කර්මයන් නිසා නරක ඵල විපාක පහළ වේ. (නරක භවයක ඉපදීම, අප්‍රිය ජනක අරමුණු දැකීම, ඇසීම, ආඝ්‍රාණය ලැබීම, රස විඳීම පහස ලැබීම දැනගන්නට ලැබීම නරක ඵල විපාක නම් වෙත්) පෙර භවාංග සිත නිසා ආවර්ජන සිත පහළ වේ. මේ ආදී ක්‍රමයට නාමයේ හේතු යෝග්‍ය ලෙස දකී.

රූපයේ හේතු දැනගන්නා ආකාරය වනාහි, පෙර කරන ලද හොඳ කර්ම නිසා මේ භවයේ ප්‍රතිසන්ධියේ සිට හෘදය රූපය, චක්ඛු රූප, ජිව්හා

රූප ආදී රූප සමූහ අතරක් නොතබා පහළ වෙමින් පවතී. හිඳීමට කැමැත්ත, යෑමට කැමැත්ත, නැවීමට කැමැත්ත ආදී සිත් නිසා ඉඳීම, යෑම, නැවීම ආදී රූප සමුදා පහළ වේ. උණුසුම් - සිසිල ආදී ඍතුව නිසා උණුසුම් රූප, සිසිල් රූපයන් පහළ වෙත්, කෑ යුතු පිය යුතු ආහාර නිසා මේ කයෙහි රූප සමූහය කායික ශක්තිය නොසිඳ පත්වෙමින් පහළ වෙමින් පවතිත්. මේ ආකාරයට රූපයන්ගේ හේතු නිසි ආකාරයෙන් දනගනී.

මෙලෙස දක ගන්නා වූ යොගාවචරයා "මේ භවයේ නාම - රූපයන් මෙන්, පෙර භවයන්හිද මෙබඳුම වූ හේතු ධර්මයන් නිසා ම මෙ ලෙස වූ නාම-රූප දෙක පමණක් පහළ කළාහුය. ඉදිරි භවයන්හි ද මෙ ලෙස ම වූ හේතු නිසා ම මෙ ලෙසට නාම - රූප දෙක පමණක් පහළ කරනු ඇති" යැයි අනුමාන ඤාණයෙන් සළකා බලා නිගමනය කොට යට සඳහන් කරන ලද 16 ආකාර සැක බැහැර කොට නිදහස් වෙයි. මේ දෙවැනි ක්‍රමයයි.

දැන ගන්නා තුන්වැනි ක්‍රමය

සමහර යෝගීන් වනාහි වර්තමානව ඉදිරිපත් වන මෙනෙහි කරන්නාවූ සංස්කාරයන්ගේ උප්පාද- ඨිති- භංග නම් වූ ජාති, ජරා, මරණ යන මේවා ඇස්පනා පිට දකගනී. එම නිසා "මේ භවයේ ප්‍රථම පහළ වීම හෙවත් ප්‍රති සන්ධිය යන්න සිත් එක එකක මෙම උප්පාදය ම වේ. මරණය යන්නද සිත් එක එකක භංගය ම වේ. වයසට යෑම යන්නද මෙනෙහි කළ යුතු නාම - රූපයන්ගේ ඨිතියේ පැවැත්ම ම වේ" යයි ඒත්තු ගනී. එම නිසා නාම - රූපයන්ගේ හේතුන් මෙලෙස සළකා බලා දනගනී. දන ගන්නා ආකාරය වනාහි... ජරාවට යෑම මරණය පෙරාතුව ම පහළ වී තිබී සිදු වේ. පෙරාතුව ම පහළ වීමද කම්ම භව = පහළ වීමට හේතුවන කර්මය ඇතිවම සිදුවේ. මෙම කර්මයෙහිද මෙලෙස සිදු කළහොත් හොඳ යයි කල්පනා කොට බැඳී ගැනීම නිසා සිදු වෙයි. එම බැඳීමද නාම - රූපයන් කෙරෙහි කැමතිව ම, මනාපවීම නිසා පහළ වේ. එම මනාප භාවය කැමැත්තද හොඳ නරක විඳනය ලැබීම නිසා සිදුවේ. එම විඳීම්ද අරමුණ සහ සිත ගැටීම නිසා සිදුවේ. එම ගැටීමටද ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය, සිත යන ආයතනයන්ගේ ප්‍රසාද භාවය ඇතිව ම පහළ වේ. (ඇසත් සිතත්

ඇතිකල්හි වර්ණ රූපයක් දකින්නේ නම් ඵස්සය පහළ වේ. මේ ආකාරයට විස්තර වශයෙන් වටහා ගනී) එම ආයතනයෝද නිශ්‍රය ලබන නාම-රූප ඇතිවිට පහළ වේ. (ප්‍රසාද වූ ඇස, කණ, නාසය, දිව, ශරීරය යන රූපයෝ චකඛු රූපය ආදී ආශ්‍රය ලබන භූත රූපයන් ඇතිවිට ම පහළ වේ. සිත වනාහි නිශ්‍රය ලබන හෘදයවස්තුයන් රූපය සහ සම්ප්‍රයුක්ත නාම ඇති විට පහළ වේයයි මින් අදහස් කෙරේ, මෙම නාම-රූපයෝද පටිසන්ධි විඤ්ඤාණ ඇතිවිට ම පහළ වේ. එම සිත් භවාංගය, දැකීම, ඇසීම ආදී විඤ්ඤාණ ඇතිවිට ම පහළ වේ. විඤ්ඤාණ ද පෙර භවයක සුභසිද්ධිය බලාපොරොත්තුවෙන් කරන ලද උත්සාහ කිරීමක් හේතුකොට පහළ වේ. එම උත්සාහය = සංස්කාරයන්ද තත්ත්වාකාරයෙන් නො දැනීම හා වරදවා වටහාගැනීම යන අවිද්‍යාවන් ඇතිවිට පහළ වේ. යැයි පටිලෝම පටිච්ච සමුප්පාදයට අනුව නාම -රූපයන්ගේ හේතු දැක ගනී. මෙය මහ බෝසතාණන් වැනි විශේෂ උතුම් පුද්ගලයන්ගේ සම්පූර්ණ ලෙස දැක ගන්නා ආකාරයයි. මෙලෙස දැක ගන්නා වූ යෝගී පුද්ගල තෙමේද කියන ලද ආකාරයෙන් තුන් කාලයන් කෙරෙහි සළකා බලා තීරණය කරයි. 16 ආකාර සැක දුරු කිරීමෙන් නිදහස් වේ. මෙතෙකින් තුන් වන ක්‍රමය නිමියේය.

දැන ගන්නා හතරවැනි ක්‍රමය

සමහර යෝගීන් වනාහි "අවිද්‍යාව නිසා සංස්කාර පහළ වේ. සංස්කාර නිසා විඤ්ඤාණය පහළ වේ." මේ ආදී වශයෙන් සිදුවන අනුලොම පටිච්ච සමුප්පාද ක්‍රමයට අනුව නාම - රූපයන්ගේ හේතුව දැක ගනී. උසස් පුද්ගලයන්ගේ පිරිපුන් දැකීම් ආකාරයක් වේ. මෙලෙස දකිනා වූ යෝගාවචරයාද දක්වන ලද ක්‍රමයට අනුව තුන් කල් සළකා බලා තීන්දු කරයි. 16 ආකාර සැක අතහැරීමෙන් නිදහස් වේ. මේ වනාහි හතර වන ක්‍රමයයි.

දැනගන්නා පස්වැනි ක්‍රමය

සමහර පුද්ගලයෝ වනාහි කම්ම වට්ට, විපාක වට්ට වශයෙන් නාම -රූපයන්ගේ හේතුන් දැනගනී. කර්මය නිසා ඵල- විපාකයෝ පහළ වෙත්, එම ඵල - විපාකයන් මත පිහිටා අලුත් කම් රැස් කරයි. එම අලුත් කම් නිසා අලුත් ඵල - විපාක පහළ කරයි. මේ ක්‍රමයට කර්ම සහ විපාකයෝ

එකිනෙක පෙරළෙමින් පහළ වන බැවින් කර්මයට කර්ම වට්ට යැයි කියනු ලැබේ. ඵලයන්ට විපාක වට්ට යයි කියනු ලැබේ. මේවා අතරින් කම්ම වට්ට යනු අවිජ්ජා, සංඛාර, තණ්හා, උපාදාන, කම්ම භව යන නාම ස්කන්ධයෝ පස්දෙනාගේ එකතුවයි. විපාක වට්ට වනාහි විඤ්ඤාණ, නාම -රූප, ආයතන, ඵස්ස, වේදනා යන මේ ධර්ම පස්දෙනාගේ එකතුවයි. විස්තර වශයෙන් වනාහි, මනසිකාරය යොදා සළකා බලන යෝගාවචරයා මෙම කර්ම වට්ට 5 විපාක වට්ට 5 වෙන් වෙන් ව බෙදා සම්පූර්ණ වන ආකාරයට දැකීමට සමත්වේ. සංක්ෂිප්ත වශයෙන් සළකා බලා භාවනා කරන යෝගාවචරයා වනාහි වෙන් වෙන් ව බෙදාගෙන මනසිකාරය නො පවත්වයි. කර්ම වට්ටය එක ම වූ හේතු කර්ම-යන් පහළ වේයැයි සලකා භාවනා කරයි. විපාක වට්ටය එක ම වූ ඵලයක් වශයෙන් ගෙන භාවනා කරයි. මේවායේ ස්වරූපයෝ පටිසම්භිදා මාර්ගයෙන් උපුටා දක්වන්නෙමු.

අතීත හේතු කර්ම වට්ට පහ (5)

පුරිම කමම භවසමිං මොහො අවිජජා ආයුහනා සංඛාරා නිකනති තණ්හා උප ගමනං උපාදානං චෙතනා භවොති ඉමෙ පංච ධමමා පුරිම කමම භවසමිං ඉධ පටිසන්ධියා පචචයා [ප. ම. 98]

පුරිම කමම භවසමිං	=	පෙර කර්ම භවයෙහි
කරීය මානෙ	=	කරන කල්හී
වා	=	කරමින් සිටිනවිට
මොහො	=	චතුරාර්ය සත්‍යය තත්ත්වාකාරයෙන් නොදැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම
අවිජ්ජා	=	අවිද්‍යාව වේ
ආයුහනා	=	සැපවත් වීම පිණිස ආඪ්‍ය වීම පිණිස අපේක්ෂාවෙන් සිදුකරන ලද දාන, සීල පාණාතිපාතාදී උත්සාහයන්
සංඛාරා	=	සංඛාර වේ.
නිකනති	=	කරන ලද කර්මයෙහි වර්තමාන ඵල අනාගත

		හව සම්පත්ති කැමතිවීම අපේක්ෂා කිරීම
තණ්හා	=	තණ්හාව වේ.
උපගමනං	=	වර්තමානයේ ආඪ්‍ය වෙමි. අනාගතයේ ආඪ්‍ය වේවා. ජීවිත ගමන පුරා සැපවත් වේවා! ආදී වශයෙන් දැඩිකොට බැඳීම
උපාදානං	=	උපාදානයයි.
චෙතනා	=	අභිමතාර්ථය දෙසට ම මෙහෙයවන්නා සේ රුකුල් දීම, උසි ගැන්වීම
භවො	=	නැවත අලුත් භවයක් පහළ වීම සඳහා වන කර්ම භවයයි
ඉති	=	මෙලෙස
පුරිම කමම භවස්මිං	=	පෙර කර්ම භවය සිදුකරන අවස්ථාවේ
සිද්ධා	=	සිදුකරන ලද්දාවූ
ඉමෙ පඤ්ච ධම්මා	=	මේ පහක් වූ ධර්මයෝ
ඉධ පටිසන්ධියා	=	මේ භවයේ පටිසන්ධියට
පච්චයා	=	ප්‍රත්‍ය වේ.

සංස්කාර හා කර්ම භවයන්හි සම - විසම වන ආකාර තුනක් අටඨකථාහි දක්වා ඇත. මෙයින් වටහා ගැනීමට පහසු ප්‍රථම ක්‍රමය පමණක් දක්වන්නේය. දානය, ප්‍රාණඝාතය ආදිය සිදු කිරීමට හිතන තැන පටන් පෙර පහළ වූ චෙතනාව සංස්කාර නම් වෙත්. මේවා "වහා වහා හමාර කරව" යැයි පොළඹවන්නාක් සේ පහළ වෙත්. කෘත්‍යය හමාර කළ ක්ෂණයේ පහළ වූ චෙතනාව ම කර්ම භවය වේ. එය දානය දෙන අවස්ථාවේ, ප්‍රතිග්‍රාහක පුද්ගලයාට දාන වස්තුව අත්පත්කරවන අවස්ථාව වේ. මෙමඟින් "මගේ වස්තුව මුදා හැරීම වේවා, ප්‍රතිග්‍රහකයාට අයත් වේවා ගනීවා, ලබාවා, පරිභෝග කරාවා" යැයි අභිමතාර්ථය දෙසට මෙහෙයවන්නාසේ කෘත්‍ය නිමකිරීම් වශයෙන් පහළ වෙත්. පාණාතිපාතය සිදුකරන අවස්ථාවේ "තෝ නැසේවා" යයි අභිමතාර්ථය දෙසට මෙහෙය වන්නාක් සේ පහළ වේ. අනෙකුත් කුසල කර්ම - අකුසල කර්ම විෂයෙහි ද මෙලෙසම වටහා

ගන්න. මේ පාළියේ දක්වන ලද පිළිවෙල වනාහි ශ්‍රී මුඛ දේශනා පිළිවෙල ම යි. ප්‍රයෝගික වශයෙන් වනාහි නො දැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම නම් වූ අවිද්‍යා නිසා අපේක්ෂා කිරීම, කැමැති වීම නම් තණ්හාව පහළ වේ. තණ්හාව නිසා "මේ කටයුත්ත කළේ නම් ආඪ්‍ය වේවි, පොහොසත් වේවි" යැයි කල්පනා කොට සිතින් අල්ලා ගැනීම නම් වූ උපාදානය පහළ වේ.

උපාදානය නිසා කල්පනා කිරීම- උත්සාහ කිරීම - සංඛාර පහළ වේ. උත්සාහය නිසා එම කෘත්‍ය හමාර වන ක්‍ෂණයෙහි කර්‍ම භවය පහළ වේ. කෘත්‍ය හමාර වන කාලයෙහිදු එම කෘත්‍ය සැප පිණිස වන්නේ යැයිද එම කෘත්‍යයේ හා ඵල සැපදායක යැයිද සිතන්නාක්හාම අවිද්‍යාව නැවත අලුත් වැඩියා වෙයි. එම කටයුත්තෙහි හා ලැබිය හැකි ඵලයන් වශයෙන් ඇලී බැඳී ගැනීම = තණ්හාවද අලුත් වැඩියාවේ. මෙම කටයුත්තෙන් ආඪ්‍ය වන්නේ යයි දැඩිකොට ගන්නා වූ උපාදානය ද අලුත් වැඩියාවේ. මෙලෙස පෙර හා පසු අවිද්‍යා-තණ්හාව තේ වටකර ගන්නා ලද කර්‍මයට ම ඵල වශයෙන් අලුත් භවයක් ගෙන දිය හැක්කේය. මේ නිසා පටිසම්භිදා මග්‍ග ගති කතාවෙහි.

කුසල කම්මස්ස ජවනක්ඛණෙ තයොහෙතූ කුසලා, නිකන්තික්ඛණෙ *1 **ද්වෙහෙතූ අකුසලා, පටිසන්ධික්ඛණෙ තයො හෙතූ අබ්‍යාකතා, ගති සම්පත්තියා ඤාණ සම්පයුත්තෙ** *2 **ඉමෙසං අට්ඨන්නං හෙතූනං පච්චයා උපපත්ති හොති.**

ආදී වශයෙන් නිකන්ති යැයි දෙවරක් ඇතුළත් කොට දක්වන ලදි

පච්චුප්පන්න හේතු විපාක වට්ට පහ (5)

ඉධ පටිසන්ධි විඤ්ඤාණං ඔක්කන්ති නාමරූපං පසාදො ආයතනං, ඵුට්ඨො ඵස්සො වෙදයිතං වෙදනා ඉති ඉමෙ පංච ධම්මා ඉධුප්පත්ති භවස්මිං පුරෙකතස්ස කම්මස්ස පච්චයා [ප. ම. 98]

---

*1 අත්තනො විපාකං දාතුං පච්චුපට්ඨිත කම්මෙ වා කථා පච්චුපට්ඨිත කම්මෙන උපට්ඨාපිතෙ කම්ම නිමිත්ත වා, ගති නිමිත්තෙ වා, උපජ්ජමාන නිකන්තික්ඛණෙ (අටුවා විවරණය)

*2 ඤාණ සම්පයුත්ත පටිසන්ධික්ඛණෙ (අටුවා විවරණය.)

ඉධ	=	වර්තමාන භවයෙහි
පටිසන්ධි	=	පෙර භවය හා සම්බන්ධ වී පහළ වුනා වූ සිත
විඤ්ඤාණං	=	විඤ්ඤාණයයි.
ඔක්කන්ති	=	වෙන තැනකින් පැමින ඇතුල්වුනා සේ වන්නාවූ සවභාවය
නාම - රූපං	=	නාම රූපය යැ.
පසාදො	=	පැහැදිලි වූ සවභාවය
වා	=	ඇසේ ඔපය, කණය නාසය දිව යන ශරීර මේවායේ ඔපය
ආයතනං	=	ආයතනය
වා	=	අරමුණ හා සිත හමුවන ස්ථානය හමුවීම සඳහා වන ධර්මය යැ
ඵුටෙඨා	=	අරමුණ සහ සිත හමුවීම
ඵස්සො	=	ඵස්සය යැ
වෙදයිතං	=	විඳීම
වේදනා	=	වෙදනා යැ
ඉති	=	මේ
ඉධ උප්පත්ති භවස්මිං	=	මේ පවතින්නා වූ භවයෙහි
පවත්තා	=	පැවතුණු
ඉමේ පඤ්ච ධම්මා	=	මේ පංච ධර්මයෝ
පුරෙ කතස්ස		
කම්මස්ස පච්චයා	=	පූර්වකෘත කර්මයාගේ ප්‍රත්‍යයෙන් (උදරස්ස කාරණා යන තැන මෙන් තුල්‍යාධිකරන විශේෂන, විශේෂයයි)
පවත්ති විපාක ධම්මා	=	උපන් ඵල සවභාවයයි

පහළ වන නාම-රූප අතරක් නොතබා මෙනෙහි කරමින් සිටින්නා වූ යොගාවචරයාට ඇසීම-දැකීම ආදි සිත් "පෙර පෙර සිත් හා අනන්තරව බැඳෙමින් අඛණ්ඩව පැවතීම් වශයෙන්" ප්‍රකට වෙත්. එම නිසා එම යොගිහට වත්මන් භවයෙහි පහළ වුනාවූ පටිසන්ධි සිතද "පෙර භවයෙහි අවසාන සිත හා අතරක් නැතිව සම්බන්ධ වී පහළ වී යැයි" අනුමාන

කොට දත හැක්කේය. මෙලෙස දත හැකි ආකාරය විසුද්ධි මාර්ගයෙහි පහත සඳහන් ලෙසට දක්වයි.

යථෙව චක්ඛු විඤ්ඤාණං, මනොධාතු අනන්තරං
න චෙව ආගතං නාපි-න නිබ්බත්තං අනන්තරං,
යථෙව පටිසන්ධිම්හි, වත්තතෙ චිත්තසන්තති
පුරිම භිජ්ජතෙ චිත්තං, පච්ඡිමං ජායතෙ තතො [වි. ම. 454]

මනොධාතු අනන්තරං	= සළකා බලන්නා වූ මනෝධාතු සිතට අනතුරුව පහළ වුනා වූ
චක්ඛු විඤ්ඤාණං	= දකින සිත
තතො	= එම සළකා බලන සිතින්
න චෙව ආගතං	= ආවේද නො වේ
අනන්තරං	= සළකා බලන සිතට අනතුරුව
නාපි න නිබ්බත්තං යථෙව	= පහළ නොවුනේද නොවේ, එකාන්තයෙන් ම පහළ වූයේ යම් සේ ද
තථෙව	= එසේ ම
පටිසන්ධිම්හි	= පටිසන්ධි ක්ෂණයෙහි
චිත්ත සන්තති	= පෙර සිත පසු සිත යන මේවායෙ සන්තතිය
වත්තතෙ	= පහළ වේ,
පුරිමං චිත්තං	= පෙර භවයේ අවසාන සිත
තිජ්ජතෙ	= බිඳී ගියේය.
තතො	= එම සිත බිඳී යෑමට අනතුරුව
පච්ඡිමං චිත්තං	= ඊ ළඟ භවයේ මුල් හිත
ජායතෙ	= පහළ වේ.

චක්ඛු ප්‍රසාදයෙහි වර්ණ රූප ප්‍රකටව පිළිඹිඹු වී ගියේ නම්, එම වර්ණ රූපය කුමක් දැයි ආවර්ජනය කර බලන සිත වනාහි ප්‍රථම කොට පහළ වේ. එම සිත අනතුරුව දකින සිත පහළ වේ. එසේ සිදුවන තන්හී ආවර්ජන සිතින් ම දකින සිත පහළ වුනාද නොවේ. ආවර්ජන සිතට

අනතුරුව දකින සිතද පහළ නො වී සිටිය නො හැක්කේය. එකාන්තයෙන් ම පහළ වන්නේ යම් සේද එසේ ම පෙර භවයේ අවසාන චුති සිත බිඳී ගියේ නම් අලුත් භවයේ පළමුවන ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ වේ. මෙසේ සිදුවන තැන්හී චුති සිතින් ම ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ වනවා නො වේ. එම චුති සිත බිඳී යෑමත් හා සමග නව භවයේ ප්‍රතිසන්ධි සිත පහළ නොවී නො පවතින්නේය. එකාන්තයෙන් දිගට අලුතෙන් සම්බන්ධ වී පහළ නො වී නො පවතින්නේය. එකාන්තයෙන් දිගට අලුතෙන් සම්බන්ධ වී පහළ වේ. මෙලෙස සම්බන්ධ වෙමින් සිත් පහළ වීම යොගී වනාහි ස්වකීය ඥාණයෙන් තේරුම් ගනු ඇතැයි යන්න මින් අදහස් කෙරේ. තවදුරටත් පහළ වෙන අවස්ථාවේ නාම - රූපයන් නොසි ද මෙනෙහි කරමින් සිටින්නාවූ යෝගාවචරයාට මෙනෙහි කොට දත යුතු එම නාම -රූප සිතෙහි සහ කයෙහි අලුතෙන් පහළ වෙමින් දායක වන්නා සේ ප්‍රකට වේ. එම නිසා ප්‍රතිසන්ධි ක්‍ෂණයෙහි පහළ වූනාවූ නාම-රූපයෝද "දැන් මෙනෙහි කොට දැන ගත්තාවූ නාම - රූපයන් මෙන් පහළ වී පවතින්නා වූ ස්වභාවය ම වේ" යැයි අනුමාන කොට දැනගත හැක්කේය. ආයතන, ඵස්ස, වේදනාවන් යන මේවාගේ දැනගැනීම් ආකාර ප්‍රකට කරන ලදි.

මේ භවයේ පහළ වූනා වූ මේ ඵල ධර්මයන් පහම (5) ඇසුරු කොට ආයතන මේරූ අවස්ථාවේ අවිජ්ජා, තණ්හා, උපාදාන, සංඛාර, කම්ම භව වන ඵල ධර්මයෝ පහ (5) නැවත පහළ වේ.

පච්චුප්පන්න හේතු කම්ම වට්ට පහ (5)

ඉධ පරිපක්කත්තා ආයතනානං මොහො අවිජ්ජා, ආයූහනා සංඛාරා, නිකන්ති තණ්හා, උපගමනං උපාදානං චෙතනා භවොති, ඉමෙ පංච ධම්මා ඉධ කම්ම භවස්මිං ආයතිං පටිසන්ධියා පච්චයා [ප. ම. 100]

ඉධ = මේ භවයේ

ආයතනානං
පරිපක්කත්තා = ඇස, කන, නාසය, දිව, ශරීරය යන ආයතනයන්ගේ මේරීම නිසා*

*මේ පදයෙන් භවයන් පහළ කළ හැකි වූ කර්මයේ පහළවන කාලය දක්වයි. ආයතන නොමේරූ ළදරුවාගේ භවංග සිතම, පහළ වීම වනාහි බහුලය. භවයක් නිපදවන කම් සිදුවීම දුෂ්කරය, ආයතන මේරූ පුද්ගලයාට පමණක් එසේ එම කම් බහුල වශයෙන් පහළ විය හැක්කේයැයි අදහස් කෙරේ.

වා	=	ආයතනයන් මේරූ කල්හී
මොහො	=	නොදැනීම හා වරදවා වටහා ගැනීම
අවිජ්ජා	=	අවිද්‍යාව වේ
ආයූහනා	=	උත්සුක වීම
සංඛාරා	=	සංඛාරයෝ යැ
නිකනති	=	ඇලී බැඳී ගැනීම, ආසාවීම
තණ්හාව	=	තණ්හාව යි
උපගමනං	=	එළඹීම
උපාදානං	=	උපාදානයයි.
චෙතනා	=	රැකුල් දීම, උනන්දු කරවීම
භවො	=	කර්ම භවයයි.
		(අර්ථය සම්පූර්ණයෙන් දැන ගැනීම සඳහා යට දක්වන ලද්ද නැවත බලන්න)
ඉති	=	මේ
ඉධ කමම භවසමිං	=	මේ භවයේ හේතු කර්ම සිදුකරන අවස්ථාවේ
සිදධා	=	සිදුකරන ලද
ඉමෙ පංච ධමමා	=	මේ පහක් වූ ධර්මයෝ
ආයතිං පටිසනධියා	=	නැවත පටිසන්ධියට
පචචයා	=	හේතුන් වෙත්

මේ පච්චුප්පන්න හේතු (5) පහ නිසා පසු භවයේ විඤ්ඤාණ, නාම - රූප, ආයතන, ඵස්ස වේදනා යන ඵල පංචමකය නැවත පහළ වේ.

අනාගත ඵල විපාක වටට පහ (5)

ආයතිං පටිසනධි විඤ්ඤාණං, ඔකකනති නාම-රූපං, පසාදො ආයතනං, ඵුටෙඨා ඵසෙසා පසාදො ආයතනනං වෙදයිතං වෙදනා ඉමෙ පඤ්ච ධමමා ආයතිං උපපතති භවසමිං ඉධ කතසස කමමසස පචචයා

[ප. ම. 100]

ආයතිං	=	අනාගත කාලයේ
පටිසන්ධි	=	අතීත භවය හා සම්බන්ධව පහළ වන සිත
විඤ්ඤාණං	=	විඤ්ඤාණය යැ
ඔක්කන්ති	=	අවක්‍රාන්තිය (වැදගන්නා වූ සේ පහළ වන ධර්ම ස්වභාවය)
නාම-රූපං	=	නාම-රූපයය
පසාදො	=	ඔපය-ප්‍රසාද බව
ආයතනං	=	ආයතනය යැ
ඵුට්ඨො	=	හැපීම
ඵස්සො	=	ඵස්ස යැ
වෙදයිතං	=	විඳීම
වෙදනා	=	වෙදනාව යැ (වැඩි විස්තර සඳහා යට දැක්වූ විස්තර නැවත බලන්න)
ඉති	=	මේ තාක්
ඉමේ පංච ධම්මා	=	මේ ධර්මයෝ පහ (5)
ඉධ කතස්ස කම්මස්ස පච්චයා	=	වර්තමාන භවයේ සිදුකරන ලද කර්මය නම් වූ හේතුවෙන්
ආයතිං උප්පත්ති භවස්මිං	=	මතු පහළ වන්නා වූ භවයේ
විපාක ධම්මා	=	පහළ වන්නාවූ ඵල ධර්මයෝ යැ

මෙම හේතු - ඵලයන් තුළින් අතීත හේතු පහ (5) වර්තමාන හේතු පහ (5) සමඟ ස්වභාවය අතින් සමානය, අනාගත ඵල පහද පච්චුප්පන්න ඵල පහ සමඟ ස්වභාවය අතින් සමානය. එම නිසා පච්චුප්පනන හේතු - ඵලයන් ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් දැක ගන්නා යෝගි හට අතිත හේතුන් සහ අනාගත ඵලයන් ද අනුමාන වශයෙන් දැක දැන වටහාගත හැක්කේය.

ඒ තුළින් ඵල ධර්මයෝ පහ (5) යන්න මෙනෙහි කොට දත යුතු සිත් එකක් එකක් තුළ ඇති ස්වභාවයෝ ම වෙත්. එම නිසා සංක්ෂිප්ත ක්‍රමයට අනුව භාවනා කරන්නාවූ යෝගාවචරයා එම ඵල ධර්ම පස්දෙනා ඵල ධර්ම

එකක් ම වශයෙන් වෙන්කොට ගෙන භාවනා කරයි. බලයි. හොඳ නරක අරමුණු හමුයෙහි විශේෂයක් නො කොට "පහළ වන්නා වූ හුදු ඇසීම්, දැකීම්, ආඝ්‍රාණය කිරීම්, රස බැලීම්, හැපීම්, කල්පනා කිරීම් ස්වභාවයෝ පෙර කර්ම හේතුවෙන් පහළ වන එල" යැයි වශයෙන් පමණක් වෙන් කරයි. එහිදී මෙය වනාහි විඤ්ඤාණය නාම-රූපය යනාදී වශයෙන් වෙන්කොට නො බලයි. එසේම හේතු පහ (5) යැයි කියන තැනද සිත් එක එකක් හා බැඳුනු ස්‌වභාවයෝ ම වෙත්. එම නිසා එම හේතුන්ද කර්ම හේතුව වශයෙන් එකක් ම යැයි වෙන්කොට ගෙන භාවනා කරයි. බලයි. වර්තමාන සෞභාග්‍යය පිණිස වේවා පසු භවයක සෞභාග්‍යය පිණිස වේවා විශේෂ උත්සාහයක් නැතත් කීම්-කිරීම් ඇති තාක් "අනාගත නව භවයේ එල පහළ කිරීමට හේතු කර්මයෝ පමණක් යැ'යි වෙන් කරයි." මෙය වනාහි අවිද්‍යාව ය, සංඛාරය"යයි ආදී වශයෙන් බෙදා වෙන්කොට නො බලයි. මෙ ලෙස බලමින් භාවනා කරන යෝගාවචරයා මෙනෙහි කරන වාරයක් පාසා හේතු කර්මයන් හා එල විපාකයන් පමණක් දැකගන්නා බැවින් "පෙර භවයන් හිද මෙලෙස වූ එල - විපාක සහ හේතු කර්ම පමණක්ම පහළ විය. අනාගත භවයන්හි මෙ ලෙසට ම එල-විපාක සහ හේතු කර්ම පමණක් පහළ වන්නේය. කර්ම සහ විපාක පමණක් ඇත්තේය. කර්මයන් සදාකාලික ව ම සිදුකළ හැකි සත්ත්වයෙක්-මමෙක් ද නැත්තේය. එලයන් විඳිය හැකි සත්ත්වයෙක් මමෙක් නැත්තේ යැ"යි නුවණින් සළකා බලා තීන්දු කිරීමට හැකි වන්නේය. දක්වන ලද 16 දහසය ආකාර සැක දුරුකර නිදහස් වේ.

සො එවං කම්ම වට්ට වසෙන පච්චයතො නාම-රූපස්ස පවත්තිං දිස්වා යථා ඉදං එරෙහි එවං අතීතෙපි අද්ධානෙ කම්ම වට්ට විපාක වට්ට වසෙන පච්චයතො පවත්තිත්ථ, අනාගතෙ පි කම්ම වට්ට විපාක වට්ට වසෙන පච්චයතො පවත්තිස්සති" ඉති කම්මංචෙව කම්ම විපාකොච කම්ම වට්ටඤ්ච විපාක වට්ටඤ්ච කම්ම පවත්තඤ්ච විපාක පවත්තඤ්ච කම්ම සන්තති ච විපාකසන්තති ච කිරියා ච කිරියා එලඤ්ච

කම්මා විපාකා වත්තන්ති විපාකො කම්මසම්භවො

කම්මා පුනබ්භවො හොති එවං ලොකො පවත්තතීති සමනුපස්සති

[වි. ම. 452]

එම යොගි තෙමේ කියන ලද ආකාරයට කර්ම වට්ට විපාක වට්ට වශයෙන් ප්‍රත්‍යයෙන් ප්‍රත්‍යුත්පන්න නාම - රූප ධර්ම පහළ වීම දැක දැන වටහා ගත්තේ වී නම් "මේ භවයේ මේ නාම - රූප ධර්ම පහළ වීම දැක දැන වටහා ගත්තේ වී නම් "මේ භවයේ මේ නාම -රූපයන් යම් සේ ද එසේම අතීත කාලයේ ද කම්ම වට්ට විපාක වට්ට වශයෙන්ම ප්‍රත්‍යයෙන් නාම - රූප පමණක් පහළ කරන්නාහු යැ"යි නුවණින් සළකා බලයි. මෙලෙස අත්දැක වටහා ගන්නේ නම් කර්මය සහ කර්මයේ ඵල, පමණක් ඇත්තාහු යැයිද, කම්ම වට්ට - විපාක වට්ට, පමණක් ඇත්තාහු යයිද කම්ම ප්‍රවෘත්ති විපාක ප්‍රවෘත්ති පමණක් ඇත්තාහු යයිද කම්ම සන්තතිය විපාක - සන්තතිය පමණක් ඇත්තාහු යයිද, ක්‍රියා, ක්‍රියා ඵල, පමණක් ඇත්තාහු යයිද නුවණින් සළකා බලා තීන්දු කරයි *1

කර්ම හේතු ඵලයන් පහළ කරත්, ඵලයෝද කර්මයන්ට හේතු වෙත්, වෙනත් ආකාරයකට දක්වතොත් ... ඵලයන්ට නැවත කර්මයන් පහළ කළ හැක්කේය * 2 කර්ම හේතුවෙන් නැවත වරක් අලුත් භවයක් පහළ කරයි. කර්ම සහ විපාක මාරුවෙන් මාරුවට හේතු හා ඵල වන්නා වූ මේ ක්‍රමයෙන් සත්ත්වලෝකය යයි කියනු ලබන නාම - රූප සන්තතිය දිගට ම නොසිඳ පවත්වන්නේ යයි ද සළකා බලා තීන්දු කරයි. අනුමාන කරයි.

කම්මස්ස කාරකො නත්ථි, විපාකස්ස ච වෙදකො

සුද්ධ ධම්මා පවත්තන්ති,

---

*1 කොමාවලින් වෙන් කොට දක්වන ලද (5) පහ තුළින් එක එක පදයකට හෝ අනුව එක් එක් කෙනෙකුට සළකා බලා තීන්දුකිරීම ගැළපේ.

*2 සම්භවති එතෙනාති සම්භවො කම්මසස සමභවො කම්ම සමභෙවා යන ජට්ඨී සමාස ක්‍රමය වේ. සද්දත්ථ අධිප්පායත්ථ යන දෙකට අනුවය. මේ පදය අඤ්ඤත්ථ සමස ක්‍රමයන් මේ ගාථාවෙහි තුන්වන පදයෙහි පමණක් විපාකයේ හේතු දක්වීම පමණක් සිදු කරන අතර කර්මයේ හේතු දක්වීමෙන් බැහැර වේ.

එවෙතං සම්මදස්සනං
එවං කම්මෙම විපාකෙව, වත්තමානෙ සහෙතුකෙ,
බීජරුක්ඛා දිකානංච, පුබ්බකොටි න නායති
අනාගතෙපි සංසාරෙ, අප්පවත්ති න දිස්සති. [වි. ම. 453]

කම්මස්ස	=	කුසල කම්ම, අකුසල කම්ම
කාරකො	=	කළහැකි පුද්ගලයෙක්, සතෙක්
නත්ථි	=	නොමැත්තේය.
විපාකස්ස	=	කුසල විපාක අකුසල විපාක
වෙදකොව	=	විඳිය හැක්කෙක්ද විඳිය හැකි සතෙක්ද
නත්ථි	=	නැත්තේය
සුද්ධ ධම්මා සුද්ධ	=	පුද්ගලයෙක් - සතෙක් සමග නො යෙදෙන කර්‍ම-ඵලයෝ පමණක්
පවත්තනති	=	එකිනෙක මාරුවෙමින් දිගට පහළ වෙත්.
එවං	=	මෙසේ
එතං දස්සනං	=	මේ දැක්ම
සම්මා දස්සනං	=	විපල්ලාසයන්ගෙන් තොර තත්ත්වාකාරයෙන් දැක දැන ගැනීමකි.
එවං	=	මේ දක්වන ලද ක්‍රමයට
සහෙතුකෙ වත්තමානෙ	=	ඇසුර ලබන නිශ්‍රය ලබන විපාක නම් වූ හේතුන් සහිතව පහළ වුනා වූ
කම්මෙමව	=	කර්මය ද
සහෙතුකේ වත්තමානෙ	=	කර්මය නම් වූ හේතුව සහිතව පහල වුනාවූ
විපාකෙව	=	විපාකය ද
දිට්ඨෙය	=	දැකිය හැකි
බීජ රුක්ඛාදිකානං	=	බීජ සහ වෘක්ෂ ආදීන් ගේ
පුබ්බා කොටි	=	පූර්ව කෙළවර

න නායති ඉව	=	නොදන්නා, නො දත හැකි සේ ම.
පුබ්බාකොටි	=	කර්මය සහ කර්ම ඵලය යන නාම - රූප සන්තතියේ පූර්ව කෙළවර
න නායති	=	නො දන්නේය, නො දත හැක්කේය.
අනාගතෙපි	=	අනාගත කාලයෙහිද
සංසාරෙ	=	නාම - රූප සන්තතිය නම් වූ සංසාරය
සති	=	හේතු කර්ම මාර්ග ඥාණයෙන් නො සංසිඳ වූ බැවින් අඛණ්ඩව පවතින කල්හි
අප්පවත්ති	=	කර්ම සහ විපාක සන්තතියේ නො පැවැත්ම හෙවත් නතරවීමක්
න දිස්සති	=	නො පෙනේ නො දැකිය හැක්කේය.

අර්ථය වනාහිඃ දන් දෙන අවස්ථාවේ දීමට කැමති චේතනාව පහළ වේ. සතෙක් මරණ අවස්ථාවේ මරණ චේතනාව පහළ වේ. මෙම චේතනාවන් සමග යෙදෙන්නාවූ කායික වාචසික හැසිරීම් නම් වූ රූපයෝ ද පහළ වේ. මෙම චිත්ත චෛතසික හා කාය වාචසික ඉරියවු රූපයෝ ම හොඳ කර්ම නරක කර්ම නම් වේ. මෙම නාම - රූප දෙක ම කර්ම = ක්‍රියා නම් වන නමුදු "**චෙතනාහං භික්ඛවේ කම්මං** වදාමි - මහණෙනි, චේතනාවම කර්මය යයි මම වදාරමි" යන දේශනාවේ වනාහි ප්‍රධානව මූලිකව ඵල ගෙන දිය හැකි චේතනාව ම කර්ම යැයි දේශනා කරන ලදී මෙය ප්‍රධාන නය ක්‍රමයයි. අප්‍රධාන වශයෙන් වනාහි චේතනාව සමග පහළ වූ නාම - රූප දෙක ම කර්ම හෙවත් ක්‍රියා නම් වේ මැයි. එම නිසා කර්මය වන අවස්ථාවේ සිදුකරන්නාවූ චිත්ත-චෛතසික සහ කායික වාචසික ක්‍රියා යන නාම - රූප දෙවර්ගය පමණක් ම පහළ වෙමින් පවතී. එම නාම - රූපයන්ම ඇසුරු කොට පුද්ගලයෙක් වනාහි දානයක් දෙයි, පුද්ගලයෙක් වනාහි සතුන් මරයි, ආදී වශයෙන් ව්‍යවහාරයට යයි. ව්‍යවහාර මාත්‍රය පමණි. ක්‍රියා = කර්ම නම් වූ එම නාම - රූපයන් කළ හැකි, නිම කළ හැකි, පහළ කළ හැකි වෙනම ම පුද්ගලයෙක්, සත්ත්වයෙක් නොමැත්තේ ම ය. තවදුරටත් දකින, අසන අවස්ථා ආදීන්හි ප්‍රිය-අප්‍රිය අරමුණු දැනීම-විඳීම යන ඵලයන් පමණක් පහළ වෙමින් පවතී. එම ඵල නාම-රූප ධර්මයෝ ම

ඇසුරු කොට "පුද්ගලයා වනාහි විඳී" යැයි ව්‍යවහාර කරනු ලැබේ. හුදු ව්‍යවහාරය පමණකි. එම ඵල නාම - රූපයන් පහළ කොට විඳිය හැකි වෙනම සත්ත්වයෙක් පුද්ගලයෙක් වනාහි නොමැත්තේ ම ය. මේ අනුව පෙර භවයේ කර්මය සිදුකරන අවස්ථාවේ හොඳ කම් නරක කම් පමණක් සිදුවිය. වර්තමාන භවයේ පටිසන්ධි භවාංගය දකින අසන ආදි අවස්ථාවන්හි එම කර්මයන් නිසා විඳින ඵලයන් පමණක් පහළ කරයි. එම විපාකයන් ම ඇසුරු කොට මේ භවයේ නැවත හොඳ කම්, නරක කම් යන දෙක පමණක් පහළ වේ. මේ නව කම් නිසා අනාගතයෙහි විඳින ඵලයන් පහළ කරවනු ඇත්තේ ම ය. මේ ක්‍රමයට කර්මයන් සහ ඵලයන් පමණක් එකිනෙක මාරුවෙමින් පහළ වෙමින් පවතී. **කාරක අත්ත** - කර්මයන් කළ හැක්කාවූ මමෙක් වනාහි නොමැත්තේය. **වේදක අත්ත** - ඵලයන් විඳිය හැකි මමෙක් වනාහි නොමැත්තේයයි යන මෙය දැක දැන වටහා ගැනීම සම්මා දස්සන නම් වූ පච්චය පරිග්ගහ ඤාණ නම් වේ. මෙසේ දැක දැන පිළිගත්තේ නම් "බීජයක් ඇතිකල්හි එම බීජයේ ඵලය පහළ කරවන ගසක් ද තිබිය යුත්තේය. එම ගසෙහි හටගන්නා වූ බීජද ඇත්තේය. මේ නය ක්‍රමයට බීජ සහ ගස්වල පූර්ව කොටිය (මුල් ආරම්භය) සොයා දැක ගත නොහැක්කා සේ බිත්තර ඇති කල්හි එම බිත්තරයේ මවු කිකිළිය ඇත්තේය. මේ නය ක්‍රමයට බිත්තරය සහ කිකිළියගේ සම්බන්ධතාවය සොයා ගිය නමුත් මුල දැක ගත නොහැක්කේ යම් සේද" ඒ ලෙසට ම වර්තමානයේ ඵල පහළ කරමින් ඇති බැවින් ඒවායේ හේතු කම් පෙර භවයක සිදුවිය. එම කර්මයෙහි ඇසුර ලැබූ ඵල ධර්මයෝ ද එම භවයේදී පහළ විය. එම ඵලයන්ගේ හේතු කර්මයන් ඊටත් වඩා කලින් වූ භවයකදී සිදුවිය. මේ නය ක්‍රමයෙන් නාම - රූප සන්තතිය නම් වූ සංසාරයේ පූර්ව කොටිය සොයන්නේ නමුත් හමුවිය නො හැක්කේය.

මේ අවස්ථාවට දෙවියන් වහන්සේ විසින් මවන ලද නිසා ය යි කියන්නේ නම් එම දෙවියන් වහන්සේ කවුරුන් විසින් මවන ලද්දේද? ඔහු කුමන කාලයක කුමන හේතුවක් නිසා පහළ වීද? යනාදී ලෙසට මූලික හේතුව දිගින් දිගට යමින් සෙවිය යුතු වේ. එසේ කරන කල්හී මුල වනාහී සොයන්නේ නමුත් හමුවිය නො හැකි වනවා ඇත්තේය. එම නිසා "මැවුම් කාර දෙවියන් වහනසේගෙන් පටන් ගෙන මැවීම සිදු වීයැ"යි

යන්න පිළිගැනීමට සුදුස්සක් නො වන්නේ මය. එසේ නොමැතිව " ආරම්භයේදී හේතුවක් නොමැතිව ඉබේ ම පහළ වී යැ"යි කියන්නේ නම්, ආරම්භයේදී අහේතුක බව වී නම් දැනුදු අහේතුක බව විය යුත්තේය. නමුදු මනසිකාරය පැවැත්වීම නම්වූ පච්චක්ඛ ඤාණයට අනුවද නුවණින් සලකා බලන අනුමාන ඤාණයට අනුවද අහේතුකව ඉබේම පහළ විය හැකි නාමයක් රූපයක් දැකගත නො හැක්කේය. එම නිසා "අහේතුකව ඉබේ පහළ වී පටන් ගැනීම" යන්න ද පිළිගැනීමට තරම් නො වන්නේය. මේ සණ්ඨිස්ථානය දක්වන ලද බීජය හා ගස, බිත්තරය හා කිකිළිය යන උපමාද "උපමේය සමග හාත්පසින් සමාන වන්නේ යැ"යි සළකා ගත යුතු නොවේ. බුදුරජාණන් වහන්සේගේ මුව මඩල පියුමක් සේ පැහැපත් යැ"යි වර්ණනා කරන්නාසේ එක දේශයකින් පමණක් සමාන වේ" යැයි සළකා ගත යුතු මක්නිසාදයත් බීජය සහ ගස්, බිත්තරය සහ කිකිළිය යන මේවා මේ මහා කල්පය ආරම්භයේදී පහළ වී යැයි දැනගත්තේ වී නමුදු කර්මය හා කර්ම ඵලය යන නාම - රූප සන්තතියේ හෙවත් සංසාරයේ ආරම්භය වනාහී මොනම ක්‍රමයකින් හෝ දත නොහැකි නිසාය.

තව දුරටත්, පසු කාලයෙහි ද "ගසින් බීජ හට ගනී. එම බීජයෙන් නැවතත් ගසක් හටගනී, එම ගසින් නැවත බීජ හට ගනී" යන මේ ක්‍රමයට අනතුරක් නැති නම් බීජ හා ගස් වල සම්බන්ධ අවසානයක් සොයන්නේ නමුදු හමුවිය නො හැකි වන්නා සේ ද කිකිළියගෙන් බිත්තර ලැබේ. එම බිත්තරයෙන් නැවත වරක් කිකිළියක් බිහිවේ. එම අලුත් කිකිළිය බිත්තර දමයි. මේ ක්‍රමයට අනතුරක් නොමැති විට කිකිළිය හා බිත්තර වල ඇති සම්බන්ධතාවයේ අවසානයක් සොයන්නේ නමුත් හමුවිය නො හැක්කා සේ ද" මෙම වර්තමාන භවයෙහි සිදුකරන කර්ම නිසා පසු භවයෙහි ප්‍රතිසන්ධියේ පටන් විපාක ධර්ම පහළ වනු ඇත. එම විපාකයන් ම පදනම් කොට එම භවයෙහිදු හොඳ නරක කර්ම රැස්කරනු ඇත. එම නව කර්මයන් නිසාද මතු මත්තෙහි අලුත් භවයන් පහළ කරන්නේය. මේ ක්‍රමයට යන කර්ම හා ඵල කියන්නා වූ නාම - රූපයන්ගේ අවසානයක් සොයන්නේ නමුදු හමුවිය නො හැක්කේය. හේතු කර්මයන් මාර්ග ඤානයෙන් නැවැත්විය නො හැක්කේ නම් කිසිවිටකත් නැවැත්මක් නො වන්නේ ම ය. කිසියම් භවයක අවසානයේ චුති සිත පහළ වී නම් එම සිත හා අතරක් නොතබා

නව භවයෙහි පටිසන්ධි විඤ්ඤාණයේ පටන් ද විපාක ධර්මයන් පහළ වෙමින් පවතින්නේමයැයි යන ලෙසට ද දූක දූන එකඟ විය හැක්කේ යැයි අදහස් කෙරේ.

කම්මං නත්ථි විපාකම්හි, පාකො කම්මෙ න විජ්ජති
අඤ්ඤමඤ්ඤං උභොසුඤ්ඤා න ච කම්මං විනා ඵලං
කම්මඤ්ච ඛො උපාදාය, තතො නිබ්බත්තතෙ ඵලං
නහෙත්ථ දෙවො බ්‍රහ්මා වා, සංසාරස්සත්ථි කාරකො.
සුද්ධ ධම්මා පවත්තන්ති, හෙතු සම්භාර පච්චයා. [වි. ම. 453]

කම්මං	=	හේතු කර්මය තෙමෙ
විපාකම්හි	=	විපාකයන් කෙරෙහි
නත්ථි	=	ඇත්තේ නොවේ*
පාකො	=	ඵලය
කම්මෙ	=	හේතු කර්මයෙහි
න විජ්ජති*	=	විද්‍යාමාන වනවා නොවේ
උභො	=	කර්ම හා කර්ම ඵලය යන ධර්ම දෙක
අඤ්ඤමඤ්ඤං සුඤ්ඤා	=	එකිනෙක අන්‍යොන්‍යය වශයෙන් සමීප වන්නේ වී
ච	=	නමුත්
කම්මං විනා	=	කර්මයෙන් තොර
ඵලං	=	ඵලය
න	=	පහළ විය නො හැක්කේ ය.
ඛො	=	ඇත්ත වශයෙන්
කම්මඤ්ච උපාදාය	=	කර්මය ම උපාදාන කොට

* හේතුව වන්නා වූ කපුනූල ඵලය වන්නා වූ වස්ත්‍රයෙහි නිරූපද්‍රිතව තිබෙන්නා සේ, කර්මය වන්නී ඵල විපාකයන්හී තැන්පත්ව පවතිනවා. නොවේ. කර්මයම වෙනසකට පත්නොවී ඵල පහල කරනවා නොවේ යන්න අදහසයි.

* වීකරල බණ්ඩි ගොයමේ සැඟවී සිටියේ යම්සේද එසේ ඵල - විපාකයන් කර්මය සිදු කරන විට එය තුළ නිදන්ගතව පැවැතිය නො හැක්කේය. දූන් දූන් අලුතින් පහල වන බව කියවේ.

ඵලං	=	ඵලය
තතො	=	එම කර්මයෙන්
වා	=	හෝ කර්මය නිසා
නිබ්බත්තතෙ	=	පහළ වේ.
එත්ථ	=	මෙම ලෝකයේ, සත්ත්වයන්ගේ
සංසාරස්ස	=	එක භවයකට පසු තව භවයක්, එක ජාතියකට පසු තව ජාතියක් වශයෙන් මාරුවෙමින් පවතින"
නාම- රූප සන්තති	=	රූප- නාම සන්තතිය නම් වන සංසාරය
කාරකො	=	මැවිය හැකි පහළ කළ හැකි
දෙවො වා	=	දෙවියෙකු හෝ
බ්‍රහ්මා වා	=	බ්‍රහ්මයකු හෝ
වා	=	සර්වබලධාරී දෙවියකු හෝ
න හි අත්ථි	=	නොමැත්තේ ම ය.
හෙතු සම්භාර පච්චයා	=	හේතු වන්නාවූ කර්ම හා ආධාරක විපාක යන කාරණා දෙක නිසා (=හෙතු පච්චයා නිමිත්තං
වා	=	යන මේ විවරණයට අනුව
සුද්ධ ධම්මා	=	කර්ම හා විපාක යන හුදු නාම-රූප ධර්ම පමණක්
පවත්තන්ති	=	එකිනෙකට මාරුවෙමින් අඛණ්ඩව පහළ වෙත් (මෙලෙසටද දැක දැන භාරගනී යන්න අදහස්කෙරේ)

කර්මය හා ඵල කැමති වන්නාවූ නාම-රූපයෙහි හේතූන් හමුවී. දැකගත් යෝගී තෙම අතීත භවයෙහි චුතිය සහ අලුත් භවයෙහි පටිසන්ධි යන මේවායේ පහළවීම ද මෙ ලෙසට ම භාර ගනියි. ඇසට වර්ණ රූපයක් ආපාතගත වී නම්, එම වර්ණ රූපය "කවරෙක්දැයි සළකා බලන්නා සේවූ" මනසිකාරය පහළ වේ. එම මනසිකාරයත් භාම දැකීම සිදුවේ. ·මේ

සංසිද්ධියේදී මනසිකාරය හා දැකීම අතරක් නො තබා සිදුවන්නේ යම් සේද එසේම චුති සිත හා පටිසන්ධි සිත ද අතර ඉඩක් පරතරයක් නැත්තේය. පෙර භවයෙහි අවසාන සිත චුතවී ගියා නම් පෙර කර්ම ශක්තිය නිසා අලුත් භවයෙහි ආරම්භය හටගැනීම වන්නේ යැයි භාරගනී. සුතමය ඥාණය ඇත්තන් විෂයෙහි සිදුවන්නකි මෙය. සුතමය ඥාණය මඳ තැනැත්තා වනාහී "දැකීම, ඇසීම ආදිය අතරක් නොතබා නැවත සිදුවන්නා සේද " මියයෑම" යන්නද මෙලෙසට ම සිතක් නිරුද්ධ වීමක් වන්නේය. "අතීත භවයෙහි අවසාන සිත වනාහි නිරුද්ධ වී යනවාත් සමඟම, පෙර කරන ලද කර්මානුරූපව මීලඟ මෙම භවයත්, මෙම නව භවයෙහි අවසාන සිත වනාහි නිරුද්ධ වී යනවාත් සමඟම පෙර කරන ලද කර්මානුරූපව නව භවයෙහි ආරම්භක සිත පහළවීම පමණක් යැයි පිළිගනී. චුති - පටිසන්ධි යන මේවායේ නිරුද්ධවීම පහළවීම මෙපමණ දැක දැන පිළිගන්නේ නම් " අතීත-අනාගත-පච්චුපන්න යන ධර්ම සියල්ල හේතුන්ද සහිතව දැක දැනගත්තේ යැ"යි කිව හැක්කේය. එම නිසා ම විසුද්ධිමග්ගයෙහි පහත සඳහන් ලෙසට දක්වා ඇත්තේය.

සබ්බෙ අතීතානාගත පච්චුප්පන්නා ධම්මා චුති පටිසන්ධි වසෙන විදිතා හොන්ති [වි. ම. 453]

එවං චුති පටිසන්ධි වසෙන විදිතා සබ්බධම්මස්ස සබ්බාකාරෙන නාම රූපස්ස පච්චය පරිග්ගහ ඤාණං ථාමගතං හොති [වි. ම. 454]

සබ්බෙ අතීතානාගත පච්චුප්පන්නා ධම්මා	=	සියලු අතීත අනාගත වර්තමාන ධර්මයෝ
චුති පටිසන්ධි වසෙන	=	චුති ප්‍රතිසන්ධි වශයෙන්
විදිතා	=	ප්‍රකට
හොන්ති	=	වෙත්
එවං	=	මේ කියන ලද ක්‍රමයට
චුති පටිසන්ධි වසෙන	=	චුති ප්‍රතිසන්ධි වශයෙන්
විදිත සබ්බ ධම්මස්ස	=	ප්‍රකටව දැනගත් සියලු ධර්මයන් ඇත්තහුට
වා	=	සියලු ධර්මයන් ප්‍රකට වූ පුද්ගලයාට

නාම රූපස්ස පච්චය පරිග්ගහ ඤාණනං	=	නාම රූපයන්ගේ ප්‍රත්‍යය පරිග්‍රහ කරන ඤාණය
සබ්බාකාරෙන ථාමගතං	=	සියලු ආකාරයෙන් ශක්තිමත්
හොති	=	වේ.

විවරණය

ඉහත සඳහන් අටඨ කථාහි සියලු ධර්මයන් ප්‍රකටව දැන ගැනීම යැයි කියන තැන "සබ්බඤ්ඤුත ඤාණය මෙන් සියලු ධර්මයන් පිළිබඳව අතිශයින් නිවැරදි ලෙස හේතු ඵල සම්බන්ධතා දැන ගනී යන්න වනාහී අදහස් නොකෙරේ. චුතිය හා ප්‍රතිසන්ධිය යන මෙවායේ ඇතිවීම - හටගැනීම දැනගන්නා ප්‍රමාණයට පමණක් සියලු ධර්මයන් දැනගනී" යන්න කියැවේ. මෙම අදහස *චුති පටිසන්ධි වසෙන* යන විශේෂනය මාර්ගයෙන් දැක්වේ.

චුතිය හා ප්‍රතිසන්ධිය යන මේවායේ නිරුද්ධවීම හා හටගැනීම පිළිගන්නා මෙම යෝගී තෙම "අතීත භවයෙන් නාම - රූප සමහරෙක් නව භවයට මාරුවී ආවා නොවේ. එම අතීත භවයෙහි ඉතිරියක් නොතබා නිරුද්ධවිය. නව භවයෙහි අතීත භවයේදී ම නිරුද්ධවී සිදී ගියේ යැයිද නව භවයෙහි නාම-රූපයෝද එම භවයෙහි දීම නිරුද්ධවනු ඇති. දිගට නොපවතිනු ඇතැයි"ද යන ලෙසට දැක දැන පහදින බැවින් "අතීත භවයේ නාම-රූපයෝ එම අතීත භවයේදී ම නිරුද්ධවී සිදී ගියේ යැයිද නව භවයෙහි නාම-රූපයෝද එම භවයෙහි දී ම නිරුද්ධවනු ඇති, දිගට නොපවතිනු ඇතැයිද, යන ලෙසට සළකා බැලිය හැක්කේය. මෙම සළකා බැලීම වනාහී සම්මසන ඤාණයේ ආරම්භයයි.

එම නිසා නාම රූපයන් පහළ වනවාත් සමග ම මෙනෙහි කරමින් භාවනා කිරීම දක්වන්නට යෙදුනු ක්‍රම පහ තුළින් එක් ක්‍රමයකට අනුව නාම-රූපයන්ගේ හේතුන් යෝග්‍ය ආකාරයට දැක බලාගෙන "තුන් කාලයෙහි හේතු නාම - රූපයන් නිසා ඵල නාම-රූප පහළ වීම පමණක් සිදුවෙමින් පවතී" යැයි පිළිගෙන තිර ලෙස නිගමනය කරන ඤාණය වනාහි මුහුකුරා ගිය පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය වන්නේය. මෙම ඤාණය, දක්වන්නට යෙදුණු

දහසයකාර (16) සැකයන් බුද්ධ, ධම්ම, සංඝ, ත්‍රිශික්ෂාවන්, අතීත නාම - රූප, අනාගත නාම - රූප, පච්චුප්පන්න නාම- රූප එක එකක් සම්බන්ධ කරගෙන පහළ වන්නා වූ හේතු-ඵල ධර්ම නම් වන මෙම අටතැන්හී සැකයන්, යන මේවා දුරුකළ හැකි බැවින් **කංඛාවිතරණ විසුද්ධි** යැයි කියනු ලැබේ.

චූළ සොතාපන්නයා

ඉමිනා පන ඤාණෙන සමන්නාගතො විපස්සකො බුද්ධ සාසනෙ ලද්ධස්සාසො ලද්ධ පතිට්ඨො නියත ගතිකො චූළ සොතාපන්නො නාම හොති. [වි. ම. 455]

පන	=	කංඛාවිතරණ විසුද්ධියේ ඵලය වනාහී
ඉමිනා ඤාණෙන	=	කංඛාවිතරන විසුද්ධි නම් වූ මේ ඤාණයෙන්
සමන්නාගතො	=	සමන්විත
විපස්සකො	=	විපස්සනා යෝගී තෙම
බුද්ධ සාසනෙ	=	බුදුරජාණන් වහන්සේගේ ශාසනයෙහි
ලද්ධස්සාසො	=	අස්වැසිල්ලක් ලත්
ලද්ධ පතිට්ඨො	=	ප්‍රතිෂ්ඨාවක් ලත් තැනැත්තකු වී
නියත ගතිකො	=	නියත ලෙස සුගතිගාමී වූ
චූළ සොතාපන්නො නාම	=	චූල්ල සොතාපන්න නම්
හොති	=	වේ

ආර්ය ඵලය වනාහි ශාසනයෙහි නියම අස්වැසිල්ල වන්නේය. ආර්ය මාර්ගය නියම ප්‍රතිෂ්ඨාව වන්නේය. මෙම යෝගී තෙම වනාහී එම ආර්ය මාර්ගය, ඵලය තවම ලබා නැත්තේය. නමුදු එම මාර්ග ඵලයන් ඒකාන්තයෙන් ලබාගත හැකි භාවනා පිළිවෙත වන බැවින් "අස්වැසිල්ලක් ඇති තැනකට පත් තැනැත්තා"යයි කිව හැක්කේය. වෙනත් ආකාරයකට දක්වතොත් නාම - රූප පරිච්ඡෙද ඤාණය මඟින් නාම-රූපයන් තත්ත්වාකාරයෙන් දැනගත ශාසනයෙහි ධර්මය හා සම්බන්ධ **පාමුජ්ජ** = තරුණ ප්‍රීතියට පත්වීයැ. එම නිසා අස්වැසිල්ලකට, සහනයකට පත්වූ පුද්ගලයා යැයි කියනු ලැබේ.

පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය මඟින් හේතූන් නිසා පහළ වූ නාම-රූපයන් පමණක් ඇත්තේ යැයි දැනගත් බැවින්, "මමෙක් ඇත්තේ යැයිද, සත්ත්වයෙක් වනාහී මැවුම්කාර දෙවියන් විසින් මවන ලද්දේ යැයිද, අහේතුකව ඉබේ ම මම පහළ වීයැ යැයිද" යනාදී ලෙසට වැරදි ලෙසට ගන්නා සිතාගැනීම්, වැරදි විශ්වාස පහළ විය නො හැක්කේය. එම දිට්ඨීන් විෂයෙහි ඇදහීම = ශ්‍රද්ධාව පහළ විය නොහැක්කේය. ශාසනයෙහි නො සැලෙන වෙනස් නො වන සුළු ස්ථිරසාරවූ මෙම ශ්‍රද්ධාවෙන් සමන්විත බැවින් " අස්වැසිල්ලකට පත් වීයැයි කිව යුත්තේය. නියත ගතික වන අයුරු චූළ සොතාපන්න නම් වන ආකාරය පහත දැක්වෙන මහා ටීකා දැක්වීම මඟින් දත හැකකේය.

අපරිහීන කංඛාවිතරන විසුද්ධිකො විපස්සකො ලොකියාහි සීල සමාධි පඤ්ඤා සම්පදාහි සමන්නාගතත්තා උත්තරි අප්පටිවිජ්ඣනෙන සුගතිපරායණො හොති වුත්තං "නියත ගතිකො" ති, තතො එව චූළ සොතාපන්නො නාම හොති [මහා. ටී. (බු.) 385]

අපරිහීන කංඛාවිතරණ විසුද්ධිකො = කංඛාවිතාරන විසුද්ධියෙන් නොපිරිහුණු

විපස්සකො = විපස්සනා යෝගී තෙම

ලොකියාහි සීල සමාධි සම්පාදාහි = පිරිසිදු ලොකී ශීල සමාධි ප්‍රඥා අතින්

සමන්නාගතත්තා = සමන්වාගත බැවින්

උත්තරි අප්පටිවිජ්ඣනෙන = ඉහළ විශේෂ ඤාණ විශේෂ ධර්මයන්ට පත්නොවූනේ (වී නමුත්)

සුගති පරායණො = සුගති ගාමී

හොති = වේ.

ඉති = මේ නිසා

නියත ගතිකො = ගතිය නියත තැනැත්තා යැයි

වුත්තං = කියනු ලැබේ.

තතො එව = එලෙස ගතිය නියත බැවින් ම

චූළ සොතාපනෙනා නාම	=	නියත ගතික ආකාරයට ටිකක් සමාන වන්නේ චූළ සොතාපන්න නම්
හොති	=	වේ.

මෙම ටීකා දැක්වීමෙහි **අපරිහීන කංඛාවිතරණ විසුද්ධිකො** යන පදයෙන් මෙවැනි අදහසක් දක්වයි: දිට්ඨි සහ විචිකිච්ඡා ස්ථිර ලෙස දුරුකොට නිදහස්වීම සිදුවූ මෙම කංඛාවිතරණ විසුද්ධියෙන් නොපිරිහුනු, දුර්වල නොවුන පුද්ගලයාට පමණක් ***නියත ගතික*** යැයි කෙළින් ම කියයි. තව දුරටත් මෙම විසුද්ධිය ලෝකෝත්තර නොවේ, ලෞකික ම වේ. එම නිසා පිරිහීමට දුර්වල වීමට ඉඩ තිබේ. නොදැනුවත්ව ම ඉබේ ම වැරදි ක්‍රමයට මනසිකාරය පැවැත්වීම නිසා වේවා, මිත්‍යා ධර්ම අසන්නට ලැබීමෙන් වේවා සැක = විචිකිච්ඡා ද පහළ වන්නේය. වැරදි චින්තන, වැරදි ඇදහීම් - දිට්ඨි ද පහළ වන්නේය. එම දිට්ඨි, විචිකිච්ඡාවෝ ඝණ බහුල ලෙස මතුවූ අවස්ථාවෙහි මෙම විසුද්ධිය පිරිහෙන්නේය. දුර්වල වන්නේය. එම අවස්ථාවෙහි **නියත ගතික** යයි නොකිය යුතු බවද ව්‍යතිරේක = ප්‍රතිපක්ෂ දැක්වීමේ ක්‍රමයට දක්වයි.

සීල සමාධි ප්‍රඥාඥා සමපදාහි සමනනාගතතා යන පදයද මෙලෙසට විවරණය කරයි. භාවනා කරන අවස්ථාවෙහි පිරිසිදුවූ ශීල, සමාධි, ප්‍රඥා යන මේ තුනෙන් සමන්වාගත බැවින් **නියත ගතික** යයි ඍජුවම දක්වයි. එසේම විපස්සනා කටයුත්තෙහි වෙන්වී සීල - සමාධි-පඤ්ඤාවන් පිරිහී ගිය අවස්ථාවන් වනාහී **නියත ගතික** නො වේ යැයි ද ප්‍රතිපක්ෂය දැක්වීමේ ක්‍රමයට අනුව දක්වයි. එම නිසා මෙම විසුද්ධියෙන් සමන්විත තැනැත්තා භාවනා කරන කාලය තුළ වේවා විපස්සනා වශයෙන් මෙම භාවනා නො කරන කාලය තුළ වේවා දිට්ඨි විචිකිච්ඡා වලින් තොරව ම වෙන්ව ම අඩු තරමින් ශිලය අතින් පිරිසිදුව ම සිටිය යුතු වේ. එසේ ගත කරන්නේ නම් පමණක් **නියත ගතික** යැයි පිළිගැනීම භාර ගැනීම ගැළපෙන්නේය. "මම චූල සෝතාපන්න වීමි, නියත ගතික වීමි"යි යැයි එම ඥානය ලැබුණු පමණින් සතුටු වී සංතෘප්ත වී විපස්සනාවෙන් බැහැර වී ශීල ශික්ෂාවන් පිරිසිදුව නො පවත්වා සැහැල්ලු නොසැළකිලිමත් ලෙස කාලය ගතකිරීම වනාහී නො ගැළපෙන්නේ මය.

නියත ගතිකයාගේ භව විභාගය.

චූල සෝතාපන්නයාගේ ගතිය භවයක් පාසා ස්ථාවරව රක්ෂිත වන්නේද නැතිනම් මීළඟ භවය පමණක් සහතික වන්නේද යන මේ ප්‍රශ්නය නගන්නේ නම් මීළඟ භවය පමණක් "එකාන්තයෙන් ස්ථිර" යැයි සහතික කළ හැක්කේය. මීළඟ දෙවැනි තුන්වන භවයන් වනාහී "ඒකාන්තයෙන් ස්ථිර" යයි සහතිකයක් නොමැත්තේය. හේතුව වනාහී මෙම යට දක්වන ලද ටීකාවෙහි "කංඛාවිතරණ විසුද්ධි" නොපිරිහී ගතකරන තාක් ගතිය නියතයැයි ද ලෞකික ශීල, සමාධි, පඤ්ඤාවන් අතින් සමාන්විත බැවින් ගතිය නියතයැයිද" දක්වන ලද කතාවට අනුව "මෙම භවයෙහිදු ශීල - සමාධි හා කංඛාවිතරණ ඤාණය අතින් පිරිහී ගිළිහී යා හැකි බවද එවැනි අවස්ථාවක මීළඟ භවයද නියත වීමට හේතු නොමැත්තේ යැයිද" ප්‍රකටව ම දක්වයි. මීළඟ භවය ආදියෙහි එම ශීල - සමාධි - පඤ්ඤාවන් අතින් පිරිහී ඉදිරි භවයන්හී නියත ගතික වීමට හේතුව නැතිවීම සම්බන්ධයෙන් විශේෂයෙන් කිය යුත්තක් නොමැත්තේ ම ය. මෙ පමණක් ම නොවේ. සළකා බැලිය යුතු තවත් කරුණකුදු ඇත්තේය. අප මහා බෝසතාණන් වහන්සේ සාරාසංඛ්‍යය කල්ප ලක්ෂයකට වඩා ඉහතදී බුද්ධත්වයට පත්වූ කොණ්ඩඤ්ඤ බුදුරජාණන් වහන්සේගේ පටන් බුදු වරුන් නව නමක් වහන්සේලා සමීපයෙහි නව භවයක් ම අත නැර පැවදිවූ සේක, යැයි බුද්ධ වංශ පාලියෙහි සඳහන්ය. බුදුවරයන් වහන්සේ නමක් ලඟ පැවදි වූ සෑම බෝසත් උතුමන් වහන්සේ නමක් සෑම ගත පච්චාගත වත පුරා විපස්සනා වඩා අනුලෝම ඤාණය තෙක් සැපත් වී යැයි මජ්ඣිම නිකාය ම සටීකාර සූත්‍ර අටඨකථා ආදියෙහි දක්වේ. "සුමන සර්‍වඥයන් වහන්සේ හා විපස්සී සර්‍වඥයන් වහන්සේලා ජීවමාන සමයන්හී අප මහා බෝසතාණන් වහන්සේ නාග රාජයකුව ඉපිද විවරණ ලැබූ සේක. පදුම සර්‍වඥයන් වහන්සේගේ කාලයේ සිංහ රාජයකුව විවරණ ලැබී යැයි බුද්ධ වංශ පාලියෙහි එයි. මෙම කල්පයේ ඉපදුණු ජාති සඳහන් ජාතක වස්තු අතර මහා බෝසතාණන් වහන්සේ තිරිසන් භවයන්ට පත්වූ අවස්ථා දැක ගත හැක්කේය. තේමිය ජාතකයෙහිලා නරකයේ උපන් බවක්ද දක්වේ- එම නිසා මෙම පාළි අටඨකතා දක්වීම් පිඩුකොට බැලුවහොත්

කංඛාවිතරණ විසුද්ධියටත් වඩා උතුම් වූ සංඛාර උපෙක්ඛා ඥානය තෙක් වරෙක ලඟා වූ මහා බෝසතාණන් වහන්සේ පවා නිත්‍ය ලෙස සුගති ගාමී නොවුන බව, නරකයෙහි ඉපැද්දීමෙන් අත් නොමිදුණු බව ප්‍රකටව දැකගත හැක්කේය. මහ බෝසතාණන් වහන්සේ මෙන් සද්ධා-විරිය ආදිය නොදියුණු සංඛාර උපෙක්ඛාවට වඩා බොහෝසේ පහත් වූ කංඛා විතරණ ඥාණ මට්ටමට පමණක් සාක්ශාත් කරගත් සාමාන්‍ය කෙනෙකුට ස්ථාවර ලෙස දිගින් දිගට නියත ගති බවක් කෙසේ ලැබිය හැක්කේද? එම නිසා ස්ථිර ලෙස අපායෙන් අත්මිදී නියත ගතික වීමට කැමති කෙනෙක් වනාහී සෝවාන් මඟ නැණින් සක්කාය දිට්ඨිය ඉතිරි නො කොට දුරු කිරීමට බලවත් වූ චිත්ත ශක්තියෙන් නො පසු බස්නා වීර්‍යයකින් දිගට උත්සාහ කළ යුතු වේ. කංඛා විතරණ විසුද්ධිය පමණකින් නිසැක වූ දුකින් තොර ජීවිතයක් වනාහී නො ලැබිය හැකි වන්නේ ම ය.

උතුම් වූ සංයුක්ත නිකාය පාළි අවවාදය

සත්තියා විය ඔමටෙඨා, ඩය්හමානොව මත්තකෙ
සක්කාය දිට්ඨි පහානාය සතො භික්ඛු පරිබ්බජෙ. [සං. නි. 1 /24]

සත්තියා	=	කුන්තයකින් නැතහොත් අඩයටියකින්
ඔමටෙඨා විය	=	පපුවට ඇණීමෙන් සිදුරුව වේදනා විඳින්නෙක් එම කුංතය වහා වහා උදුරා දැමීමට තරම් වත් තත්පර නොවී, වහා වහා භාවනා කරන්නේ යම්සේද
මත්තකෙ	=	හිස
ඩය්හමානො ඉව	=	බුර බුරා නගින ගින්නකින් දැවෙන එයින් පෙළෙන තැනැත්තෙක් එම ගිණ්න වහා නිවා දැමීමට තරම්වත් පමා නොවී. වහා වහා ඉක්මණින් භාවනා කරන්නා සේද
භික්ඛු	=	සංසාර භය දුරු කිරීමේ කටයුත්ත විෂයෙහි ගැඹුරින් සළකා බලන ඒ පිළිබඳව පිළිකුල් සහිත බියක් ඇති තැනැත්තා

සක්කාය දිට්ඨි පහානාය	=	ප්‍රකටව ඇති නාම - රූප ස්කන්ධ සන්තතිය මත ආත්මයක්, කෙනෙක්, මමෙක් යන ලෙසට වරදවා වටහා ගන්නා සක්කාය දිට්ඨිය, ආර්ය මාර්ග ඥාණාලෝකයෙන් ඉතිරියක් නොතබා දුරුකිරීමට
සතො	=	සතිමත්වීම සිහිය පිහිටවීම නම් වූ සතියෙන් සමන්විත කෙනෙක් වී
පරිබ්බජෙ	=	වෙහෙස නො බලා නතර නො වී විමුක්තිය පිණිස නික්මිය යුතුවේ.
වා	=	හිසගිනි ගත්තේ නමුත්, පපුවට උලක් ඇණුනේ නමුත්, එය දුරුකරලීමට පමා වුවත්, එය දුරුකරලීම නො සළකා හැර දැමුවත්, කිසිවිටත් පසු බැසීමක් විශ්‍රාම ගැනීමක් නොමැතිව වහා වහා ඉක්මනින් මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම වනාහී කළ යුත්තේ ම ය.

පච්චය පරිග්ගහ ඤාණය සහ කංඛා විතරණ විසුද්ධි නිමියේ ය.

සම්මසන ඤාණය

අතීතානාගත පච්චුප්පන්නානං ධම්මානං සංඛිපිත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා සම්මසනෙ ඤාණං [ප. ම. 2]

අතීතානාගත පච්චුප්පන්නානං	=	අතීත අනාගත වර්තමාන වන්නා වූ නාම- රූප ධර්මයන්
සංඛිපිත්වා	=	සංක්ෂෙප කොට රැස්කොට
වවත්ථානෙ පඤ්ඤා	=	විභාග කොට විනිශ්චය කිරීමෙහි ප්‍රඥාව
සම්මසනෙ ඤාණං	=	සම්මර්ශන ඥානයැයි.

පච්චයපරිග්ගහ ඤාණය මුහුකුරා ගියේ වීනම් පච්චුප්පන්නයෙන් මෙනෙහි කරන වාරයක් පාසා මෙනෙහි කරන නාම-රූපයන්හී ඇතිවීම - නැතිවීම ප්‍රසිද්ධිව පෙනෙන්නේය. පහළ වී එක ක්ෂණයක් තුළදී ම නැති

වී යැම ඇස්පනාපිට පෙනෙන්නේය. එම නිසා මෙනෙහි කරමින් සිටින නාම - රූපයන් ඇතිවූයේ නම් නැතිවෙමින් නැතිවෙමින් යන බැවින් අනිත්‍ය යැයිද, ඇතිවීම- නැතිවීම දෙකින් අතරක් නැර පෙළෙන බැවින් දුකක් යැයිද, තම කැමැත්ත අනුව නොපවත්නා බැවින් ආත්මයක්, මමෙක් නොමැත්තේ යැයිද"ද දැක දැන වටහා ගනී. " අනිත්‍ය බව ඇත්තය. දුක දෙන බව නරක බව ඇත්තය. මගේ නොවන බව මමෙක් නොවන බව ඇත්තය. යැයි" ද සළකා බැලීම විය හැක්කේය. මෙලෙස එක් වරක් වේවා, බොහෝ වාරයක් වේවා භාරගත්, පිළිගත් විට ඇස්පනා පිට එම නාම රූපයන් සමඟ සංසන්දනයකොට සියළු අතීත නාම-රූප, අනාගත නාම- රූප, වර්තමාන නාම -රූප ධර්‍මයන්ද මෙලෙස වූ ධර්‍මයෝමයැ අනිත්‍යයැ, දුක්‍ඛයැ, අසාරයැ, මමෙක් නොමැත්තේය යන සවභාවය පමණක්යැ"යි සමස්ථයක් ලෙස සංග්‍රහකොට නුවණින් සළකා බලයි. මතු වන මොහොතෙහි නාම -රූප එක එකක් ස්වභාවය ලක්‍ෂණ වශයෙන් විස්තර වශයෙන් මෙනෙහි කරන්නා සේ නොවී අතීත වූ- අනාගතවූ සියළු ධර්‍මයන් ප්‍රත්‍යුත්පන්න වූ සියළු ධර්‍මයන් යන මේ සියල්ල සමස්තයක් ලෙස ගෙන සංක්‍ෂේප කොට සළකා බලා විනිශ්චය කරන ඥාණය සම්මස්සන ඥාණය නම් වේ. මෙනෙහි කොට වටහා ගන්නා ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥාණය මෙන් වෙන් වෙන් වශයෙන් භාවනා නොකොට රාශියක් වශයෙන් භාවනාවෙන් සළකා බැලීමක් වන බැවින් මෙම ඥාණයට ම **කලාප සමමසසන ඥාණ** යැයිද, වර්‍තමාන වශයෙන් දැකගත් නාම-රූප අනුව න්‍යායානුකූලව සළකා බැලීමක් බැවින් **නය විපසසනා** යැයිද විසුද්ධිමග්ගයෙහි දක්වයි. **නය මනසිකාර, නය දසසන** යැයි ද කියනු ලැබේ. පහත දැක්වෙන කථා වස්තු අට්ඨකථාවට අනුව වටහා ගන්න.

එක සංඛාරසසාපි අනිච්චතාය දිට්ඨාය "සබෙබ සංඛාරා අනිච්චාති අවෙසෙසෙ සු මනසිකාරො හොති.

"සබෙබ සංඛාරා අනිච්චාති ආදි වචනං නයතො දසසනං සනධාය වුතතං න එකකබණෙ ආරමමණතො [කථා වත්‍ථු අට්ඨකථා]

එක සංඛාරාසසාපි	=	එකම සංඛාරයක් හෝ
අනිච්චතාය	=	නිත්‍ය නොවන බව, නිත්‍ය නොවන බව

		නම්වූ අනිත්‍ය ලක්‍ෂණය
දිට්‍ඨාය	=	මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම පච්ච ඤාණයෙන් දැකගත් කල්හි
සබ්බෙ සංඛාරා අනිච්චාති	=	සියලු සංස්කාරයෝ අනිත්‍යයැයි
අවසෙසෙසු	=	අනෙකුත් සංස්කාරයන් කෙරෙහි
වා	=	ඇස්පනා පිට නො දුටු සෙසු සංස්කාරයන් කෙරෙහි
නයතො මනසිකාරො	=	නය ක්‍රමයට මනසිකාරය පැවැත්වීම
හොති	=	වේ
"සබ්බෙ සංඛාරා අනිච්චා"ති ආදි වචනං	=	සබ්බෙ සංඛාරා අනිච්චා යදා පඤ්ඤය පස්සති, සබ්බේ සංඛාරා දුක්ඛාති යදා පඤ්ඤය පස්සති, සබ්බේ ධම්මා අනත්තා යදා පඤ්ඤය පස්සති, යනාදී කථා
යතො දස්සනං සන්ධාය	=	නය ක්‍රමයට දැකීම සලකා
වුත්තං	=	කියන ලදී
එකක්ඛණෙ	=	චිත්තක්‍ෂණයක කාලයක් තුළ
ආරම්මණතො දස්සනං සන්ධානං සන්ධාය	=	ප්‍රත්‍යක්‍ෂ වශයෙන් අරමුණු කරමින් දැකීම සළකා
න වුත්තං	=	කියන ලද්දක් නොවේ.

ඉහත දැක්වූ අට්ඨ කථාව මගින් මෙවන් අදහස ප්‍රකටව දත හැක්කේය. නය මනසිකාරය, නය විපස්සනා නම් වූ සම්මසන ඤාණය වනාහි ව්‍යාපාරකොට ආයාසයෙන් පහළ කරවිය හැකි ඤාණයක් නො වේ. භාවනා කළයුතු ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඤාණයෙන් එක වරක් වේවා බොහෝ වාරයක් වේවා

අනිච්ච, දුක්ඛ. අනත්ත ලක්‍ෂණයක් සම්‍යයක් ලෙස දැක දැන භාරගත් පමණින් එසේ භාරගත් පිළිගත් ලෙසට සළකා බලා විනිශ්චය කරමින් ඉබේ ම අනායාසයෙන් ම පහළ වන්නා වූ විශේෂ ඥාණයක් මය යන මේ අර්ථ පැහැදිලි ව දත යුත්තේය.

මේ සම්මසන ඥාණය සහජයෙන්ම බුද්ධිමත් පින්වතුන්ට හා බහුශ්‍රැත පින්වතුන්ට සළකා බැලීම පුළුල් කළහොත් පෘථුල ලෙස පහළ වේ. පළල් ලෙස පහළ වේ නම්, සළකා බැලීම් විමසීම් පමණක් බහුල වී මෙනෙහි කිරිම අඩු වන්නේ නම් එම නිසාම ඉහළ ඥාණ කරා එළඹීමට නො හැකිව එම ඥාණයෙහි ම බොහෝ වේලාවක් පමාවිම සිදුවිය හැක්කේය. මේ ගැන සැළකිලිමත් වන්න. බොහෝ දෙනාගේ අධ්‍යාශයන්ට ගැළපෙන පරිදි මෙම ඥාණය පහළ වන අකාරය පටිසම්භිදා මග්ග පාලියෙහි සවිස්තරව දැක්වේ. සුළු විස්තරයක් පමණක් මෙහිලා උපුටා දක්වන්නෙමු.

යං කිඤ්චි රූපං අතීතානාගත පච්චුප්පන්නං අජ්ඣත්තං වා, බහිද්ධා වා, ඕලාරිකංවා, සුඛුමංවා, හීනංවා, පණීතංවා, යං දූරේ සන්තිකෙවා සබ්බං රූපං අනිච්චතො වවත්ථෙති එකං සම්මසනං, දුක්ඛතො වවත්ථෙති, එකං සම්මසනං, අනත්තතො වවත්ථෙති, එකං සම්මසනං. [ප. ම. 100]

අතීතානාගත පච්චුප්පන්නං	=	ගත වූ අතීත රූප වේවා, මතු සිදුවන්නා වූ අනාගත රූප වේවා, සිදුවෙමින් පවතින වර්තමාන රූපවේවා
අජ්ඣත්තංවා බහිද්ධාවා	=	අධ්‍යාත්මික රූප වේවා, බාහිර රූප වේවා
ඕළාරිකං වා සුඛුමං වා	=	ඕලාරික රූප වේවා, සූක්‍ෂම රූප වේවා
හීනං වා පනීතං වා	=	හීන වූ රූප වේවා, ප්‍රණීත වූ රූප වේවා
යං දූරෙ සන්තිකෙ වා	=	දුර වූ රූප වේවා සමීප වූ රූප වේවා
යං කිඤ්චි රූපං	=	විශේෂයක් නොමැති කිසියම් රූප
අත්ථි	=	ඇත්තේද,
තං සබ්බරූපං	=	එම සියලු රූපයන්

අනිච්චතො වවත්ථෙති	=	අනිච්ච යැයි ව්‍යස්ථාපනය කරයි
එකං සම්මසනං	=	එක් සම්මසනයෙකි.
තං සබ්බං රූපං	=	එම සියලු රූපයෝ
දුක්ඛතො වවත්ථෙ ති	=	දුක යැයි ව්‍යවස්ථානය කරයි
එකං සම්මසනං	=	එක් සම්මසනයෙකි
තං සබ්බං රූපං	=	එම සියලු රූපයෝ
අනත්තතො වවත්ථෙති	=	අනාත්මයයැයි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි.
එකං සම්මසනං	=	එක් සම්මසනයෙකි.

රූපං අතීතානාගත පච්චුප්පන්නං අනිච්චං ඛයට්ඨෙන, දුක්ඛං භයට්ඨෙන අනත්තා අසාරකට්ඨෙනාති සංඛිපිත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා සම්මසනෙ ඤාණං [ප. ම. 22]

රූපං අතීතානාගත පච්චුප්පන්නං	=	අතීත අනාගත හෝ වර්තමාන රූපයන්
ඛයට්ඨෙන	=	ක්ෂයවන සුළු බැවින්
අනිච්චන්ති	=	අනිත්‍යයයැ
භයට්ඨෙන	=	බිය විය යුත්තක් බැවින්
දුක්ඛන්ති	=	දුකක් යැ
අසාරකට්ඨෙන	=	සාරයක් ගත යුත්තක් නැති බැවින්
අනත්තං	=	අනාත්මය යැ
සංඛිපිත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා	=	සංක්ෂෙපකොට පිරිසිඳින විනිශ්චය කරන ප්‍රඥාව
සම්මසනෙ ඤාණං	=	සම්මර්ශණ ඤාණයයි

රූපං අතීතානාගත පච්චුප්පන්නං අනිච්චං සංඛතං පටිච්ච සමුප්පන්නං ඛය ධම්මං විරාග ධම්මං නිරෝධ ධම්මන්ති සංඛිපිත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා සම්මසනෙ ඤාණං

අතීතානාගත පච්චුප්පන්නානං	=	ගතවූ, ඉදිරියට පහළ වන, පහළවී පවතින රූප
අනිච්චං	=	අනිත්‍යයැ
සංඛතං	=	අදාල හේතුන්ගේ සමවායෙන් කරන ලද ධර්මයෝ යැ.
පටිච්ච සමුප්පන්නං	=	හේතුන් ප්‍රත්‍යකොට උපන් ධර්මයෝයැ.
ඛය ධම්මං	=	ක්‍ෂයවන සුළු ස්වභාවය ඇත්තේයැ.
වය ධම්මං	=	වියෝවන සුළු ස්වභාවය ඇත්තේයැ.
විරාග ධම්මං	=	ගෙවී යන සුළු ස්වභාවය ඇත්තේයැ.
නිරෝධ ධම්මං	=	නිරුද්ධ වන සුළු සවභාවය ඇත්තේයැ.
ඉති	=	මෙසේ
සංඛිපිත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා	=	සංක්‍ෂේප කොට ව්‍යවස්ථාපනය කරන, නිගමනය කරන විශේෂ ප්‍රඥාව
සම්මසනෙ ඤාණං	=	සම්මසන ඥාණය නම් වේ.

නාමස්කන්ධ හතර හා ද්වාර හය, ආරම්මණ හය, විඤ්ඤාණ හය, ස්පර්ශ හය, වේදනා හය ආදිය සම්බන්ධයෙන්ද මේ ආකාරයට ම වාර තුන බැගින් දේශනාකොට ඇති සේක. ග්‍රන්ථය විශාලවන නිසා ඉතිරි වාරයන් මෙහි දක්වනු නො ලැබේ. ඥාණය පහළ වන ආකාරය පමණක් දක්වන්නෙමු.

ප්‍රත්‍යුත්පන්න වශයෙන් මෙනෙහි කළ හැකි විට පිම්බෙන රූප, හැකිලෙන රූප, හිඳින රූප, නවන රූප, දිගහරින රූප ආදිය "වහා වහා ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් නැති වෙමින් යන්නාහ" යැයි ප්‍රකට ව දැන ගනී. එම නිසා මෙනෙහි කොට දැනගන්නා රූපයන් "අනිත්‍යම"යි පිළිගනී. එම

අවස්ථාවෙහි "පෙරභවයෙහි රූපයෝද දැන් මෙනෙහි කොට වටහා ගත් රූපයන්ට ම සමානයෑ. මේ වර්තමාන රූප මෙන් ම නැති වෙමින් නැති වෙමින් ම පැවතියේය. මෙම භවය තෙක් කිසි ම දෙයක් නො පැමිණිය හැක්කේය. පහළ වූ ස්ථානයේ ම එම භවයේදී ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යමයෑ"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරගන්නේය. මෙයද වනාහී සම්මසන ඤාණයක් වන්නේය. තව දුරටත්, කලින් පැවතී තාක් රූප ධර්මයන් අතරින් එකක් වත් මේ දැන් මෙනෙහි කරන ක්‍ෂණය තෙක් නො පැවතිය හැක්කේය. ඒවායේ මතුවීමත් හා සමඟ ම එතැනදී ම නිරුද්ධවී ගිය බැවින්ද අනිත්‍යමයෑ"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. එයද සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

තවදුරටත් "ඉදිරි භවයේ පහළ වන්නාවූ තාක් රූපයෝ ද දැන් මෙනෙහි කොට වටහාගත් රූපයන්ට ම සමානයෑ. මෙම රූපයන් මෙන් ම එක ක්‍ෂණයකින් නිරුද්ධ වන්නේ ම ය. වෙනත් භවයක් තෙක් කිසිවක් ගමන් නොකරන්නේ ම ය. පහළ වූ තැන ම එම භවයෙහිදී ම නිරුද්ධ වීම සිදුවන බැවින් අනිත්‍යය ම යෑ"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඤාණයක් ම ය. තවදුරටත් "මතු කාලයේ පහළ වන්නා වූ තාක් රූපයන් දැන් මේ මෙනෙහි කොට වටහා ගත් රූපයන් මෙන් නිරුද්ධ වනවා ම වන්නේය. වෙනත් චිත්තක්‍ෂණයක් කරා කිසි ම රූපයක් පවතිනවා නො වේ. ඒවා පහළ වූ තැන ම එම ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නාවූ බැවින් අනිත්‍ය වන්නේමැයි" පිරිසිඳින්නේය. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

තව දුරටත් මෙම භවයෙහි පවතින්නාවූ තාක් රූප වලින් එකක් හෝ මීළඟ භවයට පත්වීමක් වනාහී සිදු නො වන්නකි. දැන් මෙනෙහි කොට දැන ගත් රූපයන් සියල්ල මෙම භවයෙහිදී ම නිරුද්ධ වී යන නිසා අනිත්‍යය ම යෑ"යි පිරිසිඳ දැනගනී. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

ප්‍රශ්වාසයක් හෙලන අතර වාරයේ, දුම් වැටියක් උරණ අතර, බුලත් විටක් හපන අතර, මූත්‍රා කරන මල පහ කරන අතර වාරයේ ආදී අවස්ථාවන්හී මෙනෙහි කොට බලා "ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි" භාරගත්විට "ඇතුළත ඇතිතාක් රූපයෝ ඇතිතාක් පිටතට නො පැමිණ ම, ඇතුළතදීම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යය ම යැයි පිරිසිඳ දැනගනී. සම්මසන ඤාණයක් ම වේ.

ආශ්වාස කරන වාරයේ, දුම් බොන අතර වාරයේ, කෑම බීම වළඳන අතර වාරයේ බුලත් සපන ගිලින වාරයේ ආදී අවස්ථාවන්හී මෙනෙහි කොට බලා ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙන්හි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි" පිළිගත් අවස්ථාවෙහි ඇති තාක් බාහිර රූපයන් ඇතුළතට නො පැමිණ ම බාහිරයෙදී ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යයැයි" ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඥාණයක් ම වේ.

ඕලාරික ප්‍රකට වූ රූප, ශබ්ද ගන්ධ, රස, ස්පර්ෂ බලා ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වීයැ"යි පිළිගත් අවස්ථාවෙහි ඕලාරික ගොරෝසු රූප ඇතිතාක් සියුම් සූක්‍ෂම රූප බවට පත් නො වී ම පහළ වූ ක්‍ෂණයෙහිදී ම නිරුද්ධ වී යන බැවින්, අනිත්‍යයැයි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඥාණයක් ම වේ.

සියුම් සූක්‍ෂම රූප, ශබ්ද ගන්ධ, රස, ස්පර්ෂ යන මේවා ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ඕලාරිකව ප්‍රකට වන අවස්ථාවෙහි මෙනෙහි කරමින් භාවනා කොට " ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි පිළිගත්විට "සියුම් සුඛුම රූප ඇති තාක්, විශාල ඕලාරික රූප බවට පත්නොවී ම පහළ වූ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වී යන බැවින් අනිත්‍යයැයි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඥාණයක් ම වේ.

සනීප නැති, රෝගී තත්ත්වයක සිට සැහැල්ලු සෞඛ්‍ය සම්පන්න භාවයට, සුවය ලබන තත්ත්වයට පත් අවස්ථාවන්හී මෙනෙහි කොට බලා "ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරෝධ වන්නේ යැයි" පිළිගත්තේ නම් "හීන වූ, නීච වූ, රූප ඇතිතාක් උතුම් ප්‍රණීත රූප බවට පත් නො වී ම හීන, ළාමක, නීච අවස්ථාවෙහිදී ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යය"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඥාණයක් ම වන්නේය.

සැහැල්ලු, සෞඛ්‍ය සම්පන්න තත්ත්වයක සිට අසනීප දුර්වල අකර්මණ්‍ය තත්ත්වයට පත්වන අවස්ථාවන්හී ආදි මෙනෙහි කොට බලා ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම නිරුද්ධ වන්නේ යැයි පිළිගත්තේ නම් "ඇතිතාක් ප්‍රණීත, හොඳ රූප හීන, නීච බවට පත් නොවී ප්‍රණීත හොඳ රූප ලෙසට ම නිරුද්ධ වන බැවින් අනිත්‍යයැ"යි ව්‍යවස්ථාපනය කරයි. සම්මසන ඥාණයක් ම වන්නේය.

දිග හරින ලද අත්-පා නවන අවස්ථාවෙහි මෙනෙහි කරමින් බලා පියවරින් පියවර ඉඩක් නො තබා නිරුද්ධ වෙමින් නිරුද්ධ වෙමින් යන්නේ යැ"යි වටහාගත් විට ඈත ඇති තාක් රූප සමීපයට නො පැමිණ ම, මාරු නො වී මෙන් ම ඈතදී ම නිරුද්ධව යන බැවින් අනිත්‍යය"යි පිරිසිඳ දැනගනී. සම්මසන ඤාණයක් ම වන්නේය.

නැවූ අත් - පා දිගහරින ආදී අවස්ථාවන්හී මෙනෙහි කොට බලා "ඉරියව්වෙන් ඉරියව්වට පත් නොවී නිරුද්ධ වන්නේ යැයි වටහාගත් අවස්ථාවෙහි "ළඟ ඇති තාක් රූප දුරට නොයාම, මාරු නොවීම ළඟදීම නිරුද්ධව යන බැවින් අනිත්‍යයැ"යි පිරිසිඳ ගනී. සම්මසන ඤාණයක්ම වන්නේය.

සැළකිය යුත්තක්:

මෙහිලා නිෂ්පන්න ඕලාරික - සුඛුම - රූපයන් මතද ලක්‍ෂණාදී වශයෙන් දුර - සන්තික - රූපයන්ත් මතද සම්මසන ඤාණ පහළ වන ආකාරය වටහා ගැනීම දුෂ්කර බැවින් ඇතුල් නො කරන ලදී.

දුක්ඛ සම්මසනය

නාඹර තරුණ වියේ කෙනෙක් සැප සනීපයෙන් සිටින අවස්ථාවෙහි එවැනිම යොවුන් වියේ සිටින්නන් හා ඇලී ගැලී කෙළි ලොල්ව ගත කරන්නකුට තම නාම - රූපයන් "බිය ජනකයැ"යි සිතීමත් දැකීමත් වනාහී සිදුවීම විරලය. නමුත් වයෝ වෘද්ධව දිරාගිය සිරුරක් ඇත්තකුට වනාහි මහාමාරිය, උදර රෝග, වසූරිය ආදී රෝග නිසා බොහෝ දෙනා මැරි යනු නිතර නිතර දැකීමට ලැබී තමා තමා වශයෙන්ද අසනීප වලින් පෙළෙන අවස්ථාවන්හීදී වනාහී "මාද ඔවුන් මෙන් මැරීයනු ඇතැයි සිතේ" යැයි සිතට නැඟෙන්නේ නම් ලෙඩ වියහැකි, මැරීයාහැකි තමාගේ නාම - රූපයන් පිළිබඳව" බිය විය යුත්තක් යැ"යි පහසුවෙන් සිතාගත හැක්කේය. මේ උපමාව අනුව නාම-රූපයන්හී අතරක් නොතබා ඇතිවන-නැතිවන ආකාරය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඤාණයෙන් නො දක්නා ලද්දේ නම් එම නාම- රූපයන් බිය ජනකයැයි සිතීම. දැකීම දුෂ්කරයැ, නමුදු ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් පවතින නාම-රූපයන් අඛණ්ඩව මෙනෙහි කරමින් බලා ඇස් පිල්ලන්

ගසන වාරයක් තුළ පවා අස්වැසිල්ලක් නො ලබා ඇති වෙමින් නැතිවෙමින් පැවතීම ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ලෙස දැකගත් අවස්ථාවෙහි එම නාම-රූපයෝ හුදු ඇතිවීම - නැතිවීම මුත් නතරවීමක්, නිත්‍ය බවක් නොමැතිව මැරෙමින් පවතින බැවින් බිය ජනකයැයි, ඇතිවීම් - නැතිවීම් දෙකින් දිගින් දිගට පෙළෙමින් තිබෙන බැවින්ද බිය ජනක යැයි පහසුවෙන් ම දැක දැන පිළිගත හැක්කේය. ගත වූ නාම-රූපයන් නිරුද්ධවන වාරයක් පාසා අලුත් නාම-රූප පහළ වන විට වනාහී මැරෙන්නා වූ කාලය පමණක් ඇත්තේය. නො මැරී සිටිය හැක්කේයැයි සිතන්නට තරම්වත් කාලයක් නොමැති බැවින්ද බිය ජනක යැයි දැක දැන භාර ගැනීම විය හැක්කේය. විවිධ නො ඉවසිය හැකි වේදනාවන් අත නො හැර පත්වන අවස්ථාවන්හීද දුක් පීඩා, පෙළීම් ගොඩක් යැයි පිළිගැනීමට එකඟ විය හැක්කේය.

එම නිසා "පිම්බෙන රූප, හැකිළෙන රූප, හිඳින රූප, නවන රූප, දිගහරින රූප, චලන රූප ආදිය මෙනෙහි කරන, මෙනෙහි කරන විට ම වහ වහා නිරුද්ධවී යන්නේයැ"යි ඇස්පනාපිට දැක දැනගත් යොගී තෙම එම රූපයෝ "ඇතිවීම් - නැතිවීම් දෙකින් අතරක් නොතබා පෙළෙමින් පවතින බැවින් බිය විය යුත්තකි. නිරුද්ධ වෙමින් නිරුද්ධ වෙමින් මිය යමින් මිය යමින් පවතින බැවින්ද බිය ජනකයැ - නොඉවසිය හැකි වේදනා සඳහා ස්ථානයක් වන බැවින්ද බිය ජනකයැ හොඳක් නැත්තේ ම ය, හුදු දුකක් ම පමණක් යැයි දැක දැන පිළිගනී. මෙලෙස ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ලෙස දැක දැන ගත් අවස්ථාවේ අතීත රූප, අනාගත රූප යන මේවාද වර්තමාන රූප මෙන්ම ඉඩක් නො තබා පෙළෙන්නේය, ඒකාන්තයෙන් මැරෙමින් පවතින්නේය. බිය ජනකයැ. හොඳක් කැළ ම නැත්තේයැයි පිරිසිඳ ගනී. විස්තර සඳහා අනිච්ච සම්මසනයේ මෙන් යැයි වටහාගත යුත්තේය.

දුක්ඛ සම්මසනය නිමියේ යැ.

අනත්ත සම්මසනය

ආත්ම ලෙස ගැනීම:

රූප-නාමයන්ගේ තත්ත්වාකාරය ස්වකීය ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥාණයෙන් තවමත් වටහා නො ගත් බාල පෘථුජ්ජනයන් "ස්කන්ධය තුළ ශරීරය තුළ

ඒකාන්තයෙන් ආත්මයක් ඇත්තේයැ"යි සළකා එහි බැදී ගත්තේය. එම නිසා සාමාන්‍ය ලෞකික ග්‍රන්ථ කතෘ වරු එම ආත්මයේ ස්වරූප ශක්තීන් විවිධාකාරයෙන් ලියා දක්වන්නට යෙදුනි. ඒ තුළ **විසේසිත දසසන, න්‍යාය දසසන ග්‍රන්ථ** කතෘ වරු වනාහී ආත්ම යනු **සාමී** = ස්වාමී යැයි කියන ලදී. කණ, සම, ඇස, දිව නාසය යන බුද්ධීන්‍ද්‍රිය පහ, සිත යන උභයින්‍ද්‍රිය එක යන මේවා ආදීකොට ඇති කයෙහි සියලු කොටස්ද මුළු කය ම ද, ශරීර ස්කන්ධ වශයෙන් පවත්වන අයිතිකරු ආත්මයම යැයි දක්වයි. මෙයාකාර වන්නාවූ ආත්ම දෘෂ්ඨීන් බැහැර කිරීම සඳහා

රූපං භිකඛවෙ අනතතා, රූපඤචහිදං භිකඛවෙ අතතා අභවිසස, නයිදං රූපං ආබාධාය සංවතෙතයා, ලබෙභ ථ ච රූපෙ එවං මෙ රූපං හොතු එවං මෙ රූපං මා අහොසීති.

යනාදී ලෙස ම අනත්ත ලක්ඛණ සූත්‍රයෙහි ලා දේශනා කළ සේක.

විමංසා ග්‍රන්ථයන් ආත්මය යන්න වනාහී කාරක කතෘ යැ"යි කියා ඇත්තේය. පිහිය කියත ආදිය කරණ කොට කැපීම, කෙටීම, ඉරීම ආදී ක්‍රියා කතෘ විසින් කරන්නාසේ කන්, ඇස්, ආදීය කරණ කොට, අත් පා ආදිය කරණ කොට ඇසීම, දැකීම ආදී ක්‍රියා යැම සිටීම, හිඳීම හොවීම, නැවීම, දිග හැරීම ආදී ක්‍රියාවන් ආත්මය නමැති කතෘ විසින් සිදු කරයි. කායික, වාචසික, සියලු මානසික ක්‍රියා කළ හැකි කරවිය හැකි ඇත්තා = ආත්මය" යැයි කියයි. මෙම කාරක ආත්මය බැහැර කිරීම සඳහා ටීකා ජෝ[1] නමැති බුරුම ටීකා වෙහි 1*

"**තථා නිදසසනං පන ධමම සභාව විනිමුතතසස කතතාදිනො අභාව දීපනතතනති වෙදිතබබං**" යැයි කියයි.

සමපජඤඤ පබබ විවරණය කරන අටඨකථාවන්හිදු **යථා අනධබාලපුථුජජනා අභිකකමාදීසු අතතා අභිකකමති, අතතනා අභිකකමො නිබබතතිතොති වා, අහං අභිකකමාමි මයා අභිකකමො නිබබතතිතොති වා සමමුයහනති, තථා අසමමුයහනෙතා** යැයි කියාද [ම. අ. 1/235]

---

*1 චිතත සදදය පිළිබඳ විවරණය

අබ්භන්තරෙ අත්තා නාම කොචි සමිඤ්ජෙන්තොවා පසාරෙන්තොවා නත්ථි" යැයි කියාද දක්වයි. [ම. අ. 1/239]

මී මංසා - සංඛ්‍යා ග්‍රන්ථ කාරකයන් වනාහී අත්ත යනු **වේදක** = හොඳ නරක විඳිය හැකි තැනැත්තා ම යැයි දක්වයි. හුදු වේදනාව ම ආත්මය යැයි කියන තැනට ගෙන එයි. මෙම වේදක ආත්මය බැහැර කිරීම සඳහා සතිපට්ඨාන සූත්‍ර අටුවායෙහි

කො වෙදයතීති, න කොචි සත්තොවා පුග්ගලො වා වෙදයති - පෙ - තස්මා එස එවං පජානාති තං තාං සුඛාදීනං වත්ථුං ආරම්මණං කත්වා වේදනා වෙදියති. තං පන වෙදනා පවත්තිං උපාදාය අහං වේදයාමීති වොහාර මත්තං හොතීති - යැයි දක්වයි. [ම. අ. 1/247-248]

එම ටීකාවෙහි වනාහී

ධම්මවිනිමුත්තස්ස අඤ්ඤස්ස කත්තු අභාවතො ධම්මස්සෙව කත්තුභාව දස්සෙන්තො වෙදනාව වෙදයතීති ආහ යැයි කියයි. මෙම ටීකාවට අනුව කාරක ආත්මය ද බැහැර කරයි.

මෙම ලෞකික සම්මත ග්‍රන්ථාචාර්‍ය්‍යයන් සියල්ලෝ ම වනාහී ආත්මයයන් **නිවාසී** - ස්කන්ධ කුඩුව විනාශවී ගියාද ආත්මය විනාශ නොවී සදාකාලිකව පවතින්නේ යැයිද **සයංවසී** = තමා වනාහී අනුන්ගේ කැමැත්තට අනුව අනුගමනය නො කරන ඉන්ද්‍රිය ආදී අංග ප්‍රත්‍යංගද සමග මුළු කය ම තම කැමැත්තට අනුව පැවැත්වීමට හැකි තැනැත්තා යැයිද අධිට්ඨායක, ස්කන්ධ කුඩුවේ පාලකයා වන අතර ඕනෑම තැනක සැලසුම්කොට යමක් කළ හැකි තැනැත්තා යැයිද, කියත්, මේ **නිවාසී** ආත්මය ආදිය දේශනා කරත්.

ආත්මය යැයි වරදවා ගන්නා මේවා වරෙක ස්කන්ධ එකක් සම්බන්ධ කරගෙනද වරෙක දෙකක්, තුනක්, හතරක්, සම්බන්ධ කරගෙනද ගොඩනඟයි. වරෙක ස්කන්ධ පඤ්චකය ම සම්බන්ධ කොට ගොඩනගයි. බුදුරජාණන් වහන්සේ ජීවමාන කාලයෙහි ප්‍රසිද්ධව සිටි සච්චක පරිබ්‍රාජක වනාහී මෙලෙස ස්කන්ධ පඤ්චකය ම ආත්මය යැයි වරදවා වටහා ගත්තෙකි. එම නිසා හෙතෙම බුදුරජාණන් වහන්සේ සමීපයෙහි.

අහං හි භො ගොතම එවං වදාමි රූපං මෙ අත්තා වෙදනා මෙ අත්තා, සඤ්ඤා මෙ අත්තා, සංඛාරා මෙ අත්තා, විඤ්ඤාණං අත්තා ති" යැයි පිළිගත්තේය. පඤ්චස්කන්ධයෙන් මුක්ත වූ කසිණ රූප ආදී හුදු ප්‍රඥප්තීන්ද ආත්මයැයි වරදවා ගන්නේ නමුදු එම වරදවා ගැනීම පඤ්චස්කන්ධයට සම්බන්ධ කරගෙන ම පහල වේ. එම නිසා "එම අල්ලා ගැනීම් ස්කන්ධ පහ මත ම වැටේ" යැයි සළකා ගත යුතුවේ. ලෞකික ගත් කතුවරයන් පනවන ලද ආත්මයේ රූ සටහන්ද දැන ගැනීමට කැමැත්තේ නම් අභයාරාම සයාඩෝගේ නව අභිධාන නිස්සය (ගාථා නිපාත 92 හි) කියවා දැන ගන්න.

සිංහලයන් ද මම දකින්නෙමි, අසන්නෙමි යනාදී ලෙසට ද මම යන්නෙමි, නතරව සිටින්නෙමි, හිඳින්නෙමි, නවත්තෙමි, දිගහරින්නෙමි, කතා කරන්නෙමි යන ලෙසට ද මම ම සැපදුක් විඳින්නෙමි යනාදී ලෙසටද, වරදවා කල්පනා කරයි. විනාශ නො වන සදාකාලික ව පවතින ආත්මයක් විඤ්ඤාණයක්, මමෙක්, ඇත්තට ම ඇත්තේ ම යැයි කල්පනා කරයි. මේ නිසා සිංහලයේද ලෞකික ග්‍රන්ථ කතෘවරුන්ගේද දක්වන ලද ආකාරයට ම ආත්මය යැයි වරදවා වටහා ගැනීම ඇත්තේ ම ය. එම "නිසාම අතරක් නො තබා ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවතින රූප - නාම සන්තතියක් පමණක් ඇත්තේය. තම, වසයෙහි පැවැත්විය හැකි මමෙක් වනාහී නොමැත්තේයැ"යි සුතමය වශයෙන් නැවත නැවතත් දැන සළකා බැලීමෙන් වරදවා වටහා ගැනීම තාවකාලිකව නැතිවීමක් සිදුවන්නේ නමුදු එලෙස තදින් ගත් දෘෂ්ඨියක් සම්පූර්ණයෙන් ම දුරුවීමක් කිරීමට තරම් එය පොහොසත් නො වන්නේ ය.

අනාත්මය ප්‍රකට වන ආකාරය

මතුව එන තාක් රූප - නාම ඉරියව් මෙනෙහි කොට, මොහොතකුදු අස්වැසිල්ලක් නො ලබා ඇතිවෙමින් - නැතිවෙමින් පවතින රූප - නාමයන් පමණක් ඇස් පනාපිට දැකගත් යෝගාවචරයාට වනාහී "මම යැයි කිවහැකි, තම මනාපය පිණිස පවතින සාරයක්, හරයක්" දැකගත නො හැකි වන බැවින් මමෙක් වනාහී නොමැත්තේය. දිගට යන ඇතිවීම් - නැතිවීම්, රූප - නාම දෙක පමණක් ඇත්තේයැයි නිසැක ලෙස විනිශ්චය

කළ හැක්කේය. එම නිසා හේතුන් පහළ වන පහළ වන ක්‍ෂණයෙහි පහළ වී විනාශ වෙමින් විනාශ වෙමින් යන්නාවූ පිම්බෙන රූප, හැකිළෙන රූප, නවන රූප -දිගහරින රූප, චලනය වන රූප ආදිය ප්‍රකට ව දැක ගන්නා අවස්ථාවේ මෙලෙසට පිළිගත හැක්කේය. කෙසේද යත්, මෙම රූපයන්ගේ පහළවීම අකමැති වුවද නො නවතී. හේතු ධර්ම පහළ වී නම් පහළ වන්නේ ම ය. විනාශවීම කැමති නොවන්නේ නුමුදු නතර නොවේ. ඒවායේ කාලය එළඹීයේ නම් විනාශවී යන්නේ ම ය. මෙලෙස පහළ වෙමින් විනාශ වෙමින් යන්නාවූ රූප ධර්මයන්හි මම යැයි කිව හැක්කක් පාලනය කළහැකි බවක්, සාරයක්, හරයක් නැත්තේ ම ය. සදාකාලිකව පැවතිය හැකි සාරයක් ද නැත්තේය. තම කැමැත්ත පරිදි පැවැත්විය හැකි සාරයක්ද නැත්තේය.

එම නාම ධර්මයන්හිදු මම යැයි කීමට තරම් වූ පාලනය කළ හැකි බවක් නැත්තේය. සාරයක් හරයක් ද නැත්තේය. සදාකාලික වූ සාරයක් ද නැත්තේය. තම කැමැත්තට අනුව පැවැත්විය හැකි සාරයක් ද නොමැත්තේය. එම නිසා වසඟකොට පැවැත්විය නො හැක්කේය. මමෙක් නැත්තේය. මමෙක් නො වන්නේ ය. අනාත්ම ස්වභාවය පමණක් ම ඇත්තේයැ"යි කීම සත්‍යයකි යන ලෙසට පිළිගනී. මෙලෙස පිළිගැනීම තමාට අමනාප වූ කිසියම් කාය ඉරියව්වක් මතුවූ අවස්ථාවකින් පටන්ගෙන ද පහළ විය හැක්කේය.

දිගට පැවැතීමට මනාප කිසියම් ප්‍රිය ඉරියව්වක් නැතිව ගිය අවස්ථාවකින් පටන්ගෙන ද පහළ විය හැක්කේය. මෙනෙහි කරමින් සිටින අවස්ථාවෙහි දැනගන්නා රූප - නාමයන්හී ඇතිවීම් - නැතිවීම් ප්‍රකටව දැක ගෙන පාලක වූ මමෙක් නොමැත්තේය. සදාකාලිකව පවතින්නා වූ මමෙක් නැත්තේය. තමා කැමති දේ ලැබීම අතින් සම්පූර්ණ බවෙක් නැත්තේය. අතරක් නො තබා ඇතිවෙමින් - නැතිවෙමින් යන ස්වභාවය පමණක් ඇත්තේයැ"යි දැක දැන පිළිගැනීම නියම අනාත්මය ලක්‍ෂණය ප්‍රත්‍යක්‍ෂව දැනගන්නා අනත්ත සම්මසන ඤාණය වේ. එම නිසාම අනත්තා අසාරකට්ඨේනාති සංඛිපිත්වා වවත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා සම්මසනෙ ඤාණං යන පාළියෙහි විවරණය විසුද්ධි මග්ගයෙහි පහත දක්වන ලෙසට දක්වයි.

සබ්බම්පි තං අනත්තා අසාරකට්ඨේන, අසාරකට්ඨේනාති අත්තා සාමි නිවාසි කාරකො වෙදකො සයංවසීති එවං පරික ප්පිතස්ස අත්ත සාරස්ස අභාවෙන යඤ්හි අනිච්චං දුක්ඛං තං අත්තනොපි අනිච්චතං වා උදයබ්බය පීළනං වා වාරෙතුං න සක්කොති. කුතො තස්ස කාරකාදිභාවො

[වි. ම. 458]

තං සබ්බම්පි	=	අනිත්‍ය වූ දුකබ වූ එම සිලුම රූපයන්ද
අනත්තා	=	ආත්මයෙන් තොරය
අසාරකට්ඨේනාති	=	අසාරකට්ඨේන යන්න වනාහී
අත්තා	=	ආත්මය යන්නෙන්
සාමි	=	ස්කන්ධ කුඩුවෙහි අයිතිකරු, ස්වාමි වූ
නිවාසි	=	අතරින් නොතබා දිගටම වාසය කරන්නා
කාරකො	=	ඉරියව් පැවැත්වීම, කටයුතු කිරීම, යන මේ සියල්ල කරන්නා
වෙදකො	=	හොඳ-නරක වශයෙන් විඳිය හැකි කෙනෙක්
සයංවසී	=	අනුන්ගේ වසයෙහි නොසිට තමා කැමති පරිදි කටයුතු කළ හැකි කෙනෙක්
ඉති එවං	=	මෙලෙස
පරිකප්පිතස්ස	=	බාල පෘතග්ජනයන්ගේ පරිකල්පනා පරිදි
අත්තසාරස්ස	=	ආත්ම සාරයක්
අභාවෙන	=	නොමැති බැවින්,
ඉති	=	මේ 'අසාරකට්ඨ'යන පදයෙහි අර්ථය
හි	=	සත්‍යය.
යං	=	මේ ධර්මය තෙමේ
අනිච්චං	=	අනිත්‍යය
දුක්ඛං	=	දුක් ජනකය
තං	=	එවැනි ස්වරූප ඇති
අත්තනොපි	=	තමාගේ යැයි
අනිච්චතං වා	=	අශාස්වත භාවය හෝ
උදයවයපීළනං වා	=	ඇතිවීම් නැති වීම් වශයෙන් හාත් පසින් පෙළීම හෝ

වා රෙතුං	=	නතර කිරීමට
න සක්කොති	=	නො හැක්කේය.
තස්ස	=	මෙවන් තමාටවත් කැමති පරිදි කළ නො හැකි ධර්මයාගේ වශයෙන්
කාරකාදිභාවො	=	අනුන් සඳහා කෙසේ නම් කර දිය හැකියාවක්
කුතො	=	කෙසේ විය හැක්කේ ද

(කුතො තස්ස සාමී නිවාසී කාරකාදි භාවෝ යන පාඨය යෙදූවේ නම් මීටත් වඩා අර්ථාන්විතවේ) මීට අනතුරුව චත්තාලීසාකාර වර්ණනාව සම්බන්ධ කරගෙන සුඤ්ඤතො, අනත්තතො යන පාඨයන් පහත දැක්වෙන ලෙසට විශුද්ධි මාර්ගයෙහි දක්වා ඇත.

සාමී- නිවාසි - කාරක-වෙදකාධිට්ඨායක විරහිතතාය සුඤ්ඤතො, සයඤ්ච අස්සාමිකභාවාදිතාය අනත්තතො [වි. ම. (බු) 97]

සාමී නිවාසී කාරක වෙදකා විධායක විරහිත තාය = මේ ස්කන්ධ කුඩුවෙහි ස්වාමී වූ අයිතිකාරයෙක්, නිත්‍ය ලෙස වාසය කරන්නෙක්, ඇතිතාක් කටයුතු කරණ, කර දෙන්නෙකු, හොඳ නරක විඳීම් විඳින්නකු, සියලු කටයුතු විධානය කරන්නකු යැයි කිව හැකි පුද්ගලයෙකු නොමැති හෙයින්

සුඤ්ඤතො	=	ආත්මයෙක්, මමෙක්, නැති ලෙසට බලයි
සයංච	=	සකන්ධ පඤ්චකය සහිත තමාගේ ද
අස්සාමිකභාවාදිතාය	=	ස්වාමීකත්වයක් නොමැති බව සම්බන්ධයෙන්
වා	=	ස්වාමිකත්වයක් නැති නිසා
අනත්තතො	=	ආත්මයක් නැත, මමෙක් නැතැයි බලයි

මෙම අර්ථ කථා වචනය සම්බන්ධයෙන් මෙම කය සටහන් වලින් තොර යැයි මනසිකාරය පැවැත්වීමෙන් පමණක් ශුද්ධ අනත්ත සංඥාව නො ලැබේ. ස්වාමී, නේවාසික ආදීවශයෙන් මනසිකාරය පවත්වන්නා හට ජීව ආත්මයේ අභාවය දැක දැන ගැනීමට කැමැත්ත පහළ කරගැනීම මඟින් පමණක් මේ නියම ශුද්ධ අනත්ත ඤාණය පහළවේ" යන්න දැඩිව සිතට ගත යුතු. අරූප බ්‍රහ්මයන්ට පවා කාය සටහන් නො පැනවෙන මුත් අත්ත දිට්ඨිය උපදී යැයි යන මේ කාරණය විශේෂයෙන් සිහිපත් කරගත

යුතු. ඇස්පනාපිට මෙනෙහි කොට දතයුතු රූප සම්බන්ධයෙන් මෙතෙක් දැක්වූ ආකාරයට පිළිගෙන වටහාගත් විට අතීත රූපාදිය සම්බන්ධයෙන්ද "මෙම රූපයන් ද ස්වාමී නොවේ, නිත්‍ය නොවේ, තමා කැමති පරිදි පවත්නේ නොවේ, මම නොවේ, මට නොවේ. හුදු ධර්මතාවයක් පමණි" යැයි පිරිසිඳ දැනගනී, විස්තර විභාගය අනිච්ච සම්මසන න්‍යාය අනුව වටහා ගනිත්වා.

මෙතෙක් රූප ස්කන්ධය සම්බන්ධයෙන් දැක්වූ ආකාරයට ම අනෙකුත් ස්කන්ධයන් වන වේදනා, සඤ්ඤා, සංස්කාර හා විඤ්ඤාන යන ස්කන්ධයන් සම්බන්ධයෙන් ද වටහා ගත යුතු. වටහා ගැනීමට දුෂ්කර වූ අජ්ඣත්ත - බහිද්ධා යන තන්හි සිත ප්‍රධාන කරගෙන සංක්ෂේපයෙන් දක්වන්නෙමු.

අධ්‍යාත්මය (අජ්ඣත්ත) අරමුණු කරගෙන මෙනෙහි කරන සිත ආධ්‍යාත්මික සිත නම්. තම අධ්‍යාත්මික ශරීරයෙන් පිටත බාහිරයය අරමුණු කරන සිත බාහිර සිත නම්. මෙලෙස මෙනෙහි කරන සිත පිවිතුරු වූ කල්හී එම අජ්ඣත්ත - බහිද්ධා වශයෙන් දැක්වූ සිත් එතැන එතැන එම ක්ෂණයේදීම බිඳීයෙත් යැයි දැන ගනී. එහෙයින් අජ්ඣත්ත - බහිද්ධා වශයෙන් එකිනෙකට මාරුවන අවස්ථාවන් අරමුණු කරන කල්හී, මෙනෙහි කරන කල්හී ආධ්‍යාත්මික සිත බාහිරයට නො යයි. අධ්‍යාත්මයේදී ම බිඳී යයි. අනිත්‍යයි. යැයි වටහා ගනී. බාහිර සිත අධ්‍යාත්මයට නො යයි. බාහිරයේ ම ක්ෂයවී යයි. අනිත්‍යයැයි යැයි වටහා ගනී.

ඕළාරික සුඛුම වශයෙන්...

ඕලාරික (ගොරෝසු) සිතක් සුඛුම (සියුම්) සිතක් බවට පෙරළෙන අවස්ථාවේදී ඕලාරික සිතක් කෙළින් ම සුඛුම සිතක් නොවේ. සුඛුම සිතක් යනු ඕළාරික සිතක් නොවේ. ඒ ඒ චිත්තක්ෂණයෙහි ක්ෂය වෙමින් ක්ෂය වෙමින් යන බැවින් අනිත්‍යයැයි වටහා ගනී.

හීන පණීත වශයෙන්...

අකුසලාදී සිතක් අනෙකකට මාරුවන අවස්ථාවක් සළකා අකුසල් සිතක්, දුක්ඛිත සිතක්, කෙළෙසුනු සිතක් කුසල, සුඛිත, ප්‍රසන්න කුසල සිතක් පහළ නොකරයි. එසේම සුන්දර, සුඛිත, ප්‍රසන්න කුසල සිතක

සුන්දර නොවූ දුක්ඛිත වූ කෙලෙස් සහිත වූ සිතක් බවට පත් වීමක් නැත. "ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි ම පැවති ආකාරයෙන් ම බිඳී බිඳී යන බැවින් අනිත්‍යය යැයි වටහාගනී.

දුර-සන්තික වශයෙන්

දුර සිතක් සන්තික = සමීප බවට පත්වීමේදී ඒ අනුව මනසිකාරය යොදා භාවනා කරමින් සිටින විට දුර අරමුණකට යොමුවී තිබුණු සිතක් එලෙසින් ම සමීප අරමුණකට යොමුවෙනවා නොවේ. ඒ ඒ චිත්තක්ෂණයෙහි බිඳී බිඳී යන බැවින් අනිත්‍ය" යැයි වටහා ගනී.

"යං පන අනිච්චං තං යස්මා නියමතො සංඛතාදිභෙදං හොති තෙනස්ස පරියාය දස්සනත්ථං, නානා කාරෙහි වා මනසිකාරප්පවත්ති දස්සනත්ථං, රූපං අතීතානාගත පච්චුප්පන්නං අනිච්චං සංඛතං පටිච්චසමුප්පන්නං ඛය ධම්මං වය ධම්මං නිරොධ ධම්මන්ති පුන පාලි වුත්තා" යන විශුද්ධි මාර්ග පාලිය අනුව පෙර දක්වන ලද පාලි වාර තුනෙන් තුන්වන පාලි වාරය නැවත දැක්වීම වනාහි අනිත්‍ය ශබ්දයාගේ අර්ථයන් සඳහා පාලි පරියාය වචන දැක්වීමටත් විවිධාකාර මනසිකාර ක්‍රම මූලයන් දැක්වීමටත් වේ. එහෙයින් අතීත - අනාගත සහ වර්තමාන වශයෙන් උපන් රූප,

අනිච්චං	=	සදාකාලික නොවේ
සංඛතං	=	ප්‍රත්‍යයාගේ සමවායයෙන් කරන ලද,
පටිච්ච සමුප්පන්නං	=	ප්‍රත්‍යය සාධක ඇතිවීමට පහළ වේ, ප්‍රත්‍යයෙන් ම පහළ වේ.
ඛය ධම්මං	=	ක්‍ෂය වන ස්වභාවයෙන් යුක්තය
වය ධම්මං	=	නැසෙන සුළු භාවයෙන් යුක්තයි, නැතිව යන සුළුය
විරාග ධම්මං	=	ගෙවීයන සුළුය
නිරොධ ධම්මං	=	නිරුද්ධ වී යන සුළුය කියා හෝ දැන ගැනීමේ කැමැත්ත අනිච්ච සම්මසන ඤාණය ම යැයි දත යුතු වේ.

තව දුරටත් **"අනිච්චතො, දුක්ඛතො, රොගතො"** යනාදී ලෙසට විස්තර විභාග කොට දැන ගැනීමේ රුචිය ද **අනිච්ච, දුක්ඛ-අනත්තානු පස්සනා**වන්ට ගැළපෙන පරිදි ඇතුලත් කොට පටිසම්භිදා මග්ග- විසුද්ධි මග්ග යන ග්‍රන්ථවල දක්වා ඇත.

චත්තාලීසාකාර ක්‍රමය

ඒ සම්බන්ධයෙන්, පටිසංඛා ඤාණ විස්තර කථාවෙහි දැක්වීමට බලාපොරොත්තු වෙමු.

මතුවන, මතුවන නාම - රූපයන්ගේ ජාති - ජරා -මරණ අවස්ථාවන් විසඳුව දැකගන්නා අවස්ථාවෙහි

ජාති පච්චයා ජරා මරණං අසති ජාතියා නත්ථි ජරාමරණන්ති සංඛිපිත්වා වවත්ථානෙ පඤ්ඤා සම්මසනෙ ඤාණනං"

මෙලෙස මුල පුරණ පටිසම්භිදා මග්ග චතුත්තවාර පාලියට අනුව උත්පාදයක් ඇති කල්හී ජරාවක් මරණයක් ඇතිවන්නේය. ඨිතියක්, භංගයක් ඇතිවන්නේය. ජාතියක් නැති කල්හී ජරාවක් -මරණයක්, ඨිතියක් - භංගයක් නැතිවන්නේය. එසේම පෙර භවයෙහිදී ද ජාතිය ඇතිවීම නිසා ජරාව මරණය සිදුවිය. ජාතිය නැති නම් එහිදු ජරා-මරණයක් නො වන්නේය. අනාගත භවයෙහිදු ජාතිය වන්නේ නම් ජරා -මරණ විය හැක්කේය. ජාතිය නොමැති වන්නේ නම් ජරා - මරණාදියක් නො වන්නේය. මේ ආකාරයට පටිච්ච සමුප්පාද අංග දෙකක් කාරණ -ඵල වශයෙන් එකිනෙකට ගළපමින් කාලත්‍රය අනුව විහිදීගිය ප්‍රත්‍යවේක්ෂා වෙන්ම විනිශ්චය ඤාණයක් ද උපදී. එම ඤාණයන් වනාහී නියම සම්මසන ඤාණය නො වේ. ඒවා ගැනෙන්නේ පච්චය පරිග්ගහ ඤාණයන් වශයෙනි. එබැවින් පටිසම්භිදා මග්ග අට්ඨ කථාවෙහි මෙලෙස දක්වා ඇත.

"ජාති පච්චයා ජරාමරණන්ති ආදී න විපස්සනා වසෙන වුත්තං කෙවලං පටිච්චසමුප්පාදස්ස එකෙක අංග වසෙන සංඛිපිත්වා වවත්ථානතො සම්මසන ඤාණං නාම හොතී ති පරියායෙන වුත්තං න පනෙතං කලාප සම්මසන ඤාණං ධම්මට්ඨිති ඤාණ මෙවෙතං හොතී ති" යැයි දක්වා ඇත.

මේ තාක් දක්වන්නට යෙදුණු විස්තර වනාහි පටිසම්භිදා මග්ග පාලියෙහි ඍජු අර්ථ වශයෙන් (නීතාර්ථ වශයෙන්) දක්වා ඇති සම්මසන ඤාණය පහළ වෙන ආකාරය සම්බන්ධ සංක්ෂිප්ත දැක්වීමකි.

පාලි මුත්තක අට්ඨ කථා න්‍යාය

විශුද්ධි මාර්ගයෙහි, පටිසන්ධියේ පටන් රූප - නාම පහළවන ආකාරය සම්බන්ධ විපස්සනා ක්‍රමයද, රූප සත්තක විපස්සනා ක්‍රමයද, නාම සත්තක විපස්සනා ක්‍රමයද දක්වා ඇත. [වි. ම. (මු) 2/19]

මෙම ඉහත දැක්වූ ක්‍රම තුනෙහි ප්‍රථම විපස්සනා ක්‍රමය දක්වා ඇති පාළි නය ක්‍රමයට ගැළපෙන පරිදි නමුත් සංක්ෂේපයෙන් දක්වා ඇත. එම පාලි සූත්‍රාශ්‍රයෙන් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා ඤාණ වර්ධනය කර ගැනීමට ඇති හැකියාව නිසාත්, පොත පමණට වඩා විශාලවීම වැළැක්වීම සඳහාත් මෙහි ලා අඩංගු නො කරමු. ඒ වෙනුවට විපස්සනා යෝගීන් විසින් දතයුතු ඉන්ද්‍රිය තීක්ෂණ භාවය ඇති කරවන නවාකාර ක්‍රමය ද රූප සත්තක, අරූප සත්තක මනසිකාර ක්‍රමය ද සංක්ෂේපයෙන් මෙහිලා අඩංගු කරමු.

ඉන්ද්‍රියයන් තියුණු කරවන කාරණා නවය

නවහාකාරෙහි ඉන්ද්‍රියානි තික්ඛානි භවන්ති උප්පන්නුප්පන්නානං සංඛාරානං ඛයමෙව පස්සති, තත්ථ ච සක්කච්ච කිරියාය සම්පාදෙති, සාතච්චකිරියාරි සම්පාදෙති, සප්පායකිරියාය සම්පාදෙති සමාධිස්සච නිමිත්තග්ගාහෙන බොජ්ඣඞ්ගානඤ්ච අනුපවත්තනතාය, කායෙච ජීවිතෙච අනපෙක්ඛතං උපට්ඨාපෙති, තත්ථ ච අභිභුය්‍ය නෙක්ඛම්මෙන, අන්තරාච අබ්‍යොසානෙනාති [වි. ම. (මු) 2/196]

නවහි ආකාරෙහි	=	නව විධ ආකාරයකින්
ඉන්ද්‍රියානි	=	ඉන්ද්‍රිය ධර්ම පහ
තික්ඛානි භවන්ති	=	තියුණු වෙත්
උප්පන්නුප්පන්නා නං	=	උපන්නුපන්
සංඛාරානං	=	නාම - රූප සංස්කාරයන්ගේ
ඛය මෙව	=	ක්ෂයවීමම
පස්සති	=	බලයි

මෙහි දක්වෙන සංස්කාරයන්ගේ ක්‍ෂයවීම, බිඳීයෑම ඤාණය නෙමේරූ අවස්ථාවේදී ද එසේ ම යැයි මනසිකාරය පැවැත්විය යුතු. සංස්කාරයන් ක්‍ෂය නො වෙන නො බිඳෙන ආකාරයෙන් නො බැලිය යුතු. සංස්කාරයන්ගේ ක්‍ෂයවීම බිඳීයෑම ඇස්පනා පිට දකින අවස්ථාවේදී යම් ආකාරයෙන් එම ක්‍ෂයවීම බිඳීයෑම අත්දකී ද එළෙසින් ම විනිශ්චය කටයුතු ක්‍ෂයවීම නො දකින බිඳීම නො දකින, මුල් කාලයේදී කරුණු කාරණා - යුක්ති යුක්ත සොයමින් පමා නොවිය යුතු. මෙලෙස බය දර්ශනය තුළින් පඤ්ඤින්ද්‍රියයේ පටන් ඉතිරි සියලු ඉන්ද්‍රියයන් තියුණු බවට පත්වන්නේය යනු මෙහි අර්ථයි.

තත්ථ	=	මෙලෙස ක්‍ෂයවීම - බිඳීයෑම බලන කල්හී
සක්කච්ච කිරියාය	=	සකස්කොට, ගෞරවයෙන් යුක්තව ආදරයෙන් යුක්තව
සම්පාදෙති	=	විපස්සනා ඤාණ සාධනය කටයුතු (ක්‍ෂයවීම බිඳීයෑම යථාකාරයෙන් දක දැනගත හැකිවන පරිදි සාදරව මනසිකාරය පැවැත්විය යුතු යැයි මෙයින් කියැවේ)
සාතච්ච කිරියාය	=	කඩවීමකින් තොරව, නිරන්තරව මනසිකාරය පැවැත්වීම මගින්
සම්පාදෙති	=	විපස්සනා ඤාණ පුරණය කරයි (අතරමග නතර නො කරමින් අඛණ්ඩව මනසිකාරය පැවැත්විය යුතු බව කියැවේ)
සප්පාය කිරියාච	=	අනුරූප කාරණයන් සලසා දීමෙන්
සම්පාදෙති	=	විපස්සනා ඤාණ පුරණය කරයි.

ආවාසො ගොචරා භංස්ස පුග්ගලො අථ භොජනං,
උතු ඉරියාපථො චෙව - සප්පායො සෙවිතබ්බතො

(මෙම මජ්ඣිම නිකාය උපරිපණ්ණාසක අටඨ කථාවට අනුව සුදුසු වාසස්ථානය ආදී පරිභොග කරන්නා වූ යෝගාවචර තෙම නූපන් විපස්සනා ඤාණ උපදවාගනී. උපන් ඤාණ අභිවර්ධනය කරගනී. සුදුසු ආවාසය ආදී මේ සතට සප්පාය කරුණු සතයැයි කියනු ලැබේ. එවන් සුදුසු ආවාසයකම වසයි. එවන් සුදුසු ගොදුරු ගමකටම පිණ්ඩපාතය සඳහා වැඩම කරයි.

එවන් සප්පාය වචන ම (භාෂණයම) කථා කරයි. එවන් සුදුසු පුද්ගලයන්ම ඇසුරු කරයි. එවන් සප්පාය භෝජන, සෘතු සහ ඉරියව් ම ඇසුරු කරයි සේවනය කරයි, යන්න මෙහි අදහසයි.)

සමාධිසස	=	විපස්සනා සමාධිය
නිමිත්තග්ගාහෙන ච	=	පහළ වීම පිණිස නිමිති ගැනීම හෙවත් සළකුණු ගැනීම පිණිස
සම්පාදෙති	=	කරුණු සම්පාදනය කරයි

(යම් ආකාරයකින් මෙනෙහිකරන්නා හට, මනසිකාරය පවත්වන්නාහට සමාධිය බලවත්ව වැඩේද ඒ ආකාරය සිත තබාගෙන ඒ අනුව මෙනෙහි කරයි. මනසිකාරය පවත්වයි යන්න මෙහි අදහසයි.)

බොජ්ඣඞ්ගානං		
අනපවත්තනතාය ච	=	බොජ්ඣඞ්ග ධර්මයන් ක්‍රමානුකූලව වැඩීමෙන්
සම්පාදෙති	=	විපස්සනා ඥාණ සම්පාදනය කරයි.

(භාවනා සිත සැඟවීගන්නා ලීන භාවය ඇති කල්හී පිති - විරිය - ධම්ම විචය යන බොජ්ඣඞ්ගයන් වැඩිය යුතු. උද්ධච්ච භාවයට, විසිරී ගිය භාවයට සිත වැටේ නම් පස්සද්ධි, සමාධි, උපෙක්ඛා යන බොජ්ඣඞ්ගයන් වැඩිය යුතුයැයි කියැවේ)

කායෙච	=	තම කයෙහි ද
ජීවිතෙච	=	තම ජීවිතය කෙරෙහි ද
අනපෙක්ඛතං	=	නිරපේක්ෂ සිතක් උපයා සපයාගනි

(කාය ජීවිත අපේක්ෂාවෙන් තොරව දැඩි වීර්‍යයෙන් යුක්තව භාවනා වැඩිය යුතුයි යන්න අදහසයි)

තත්ථ	=	කාය ජීවිත අපේක්ෂාවන්ගෙන් තොරව වීර්‍ය වඩන්නේ
උප්පන්නානුප්පන්නාන දුක්ඛං	=	ඉදිරිපත් වන දුක්,
නෙක්ඛම්මෙන	=	කුසිත කම් ආදියෙන් බැහැරවීම සංඛ්‍යාත විපස්සනා වීර්‍යයෙන්
අභිභුය්‍යොච	=	අභිබවනය කොට, යටපත් කොට
සම්පාදෙති	=	විපස්සනා ඥාණ වඩයි

(භාවනාව නිසා පැන නඟින පීඩා කරදර යම්තාක් වේ ද ඒ සියල්ල ළාමක නො වූ වීර්‍යයකින් යුක්තව නිවැරදි ව මෙනෙහි කොට බැහැර කරයි යන්න මෙයින් කියැවේ)

අනන්තරා = මාර්ග - ඵල ඥාණ ලැබීමෙන් මොබ
අබ්බසානෙ නව = පසු නොබැස, නිරතුරුව අරඹන ලද විරිය ඇතිව
සම්පාදෙති = විපස්සනා ඥාණ වඩයි.

(යම්තාක් අභිමත විශේෂ ධර්ම අධිගමයක් නො දකී ද ඒතාක් මෙනෙහි කිරීම නතර නො කරයි, කර්මස්ථානයෙන් බැහැර නොවෙයි, නිරතුරුව අරඹන ලද විරියෙන් යුක්තව කටයුතු කරයි යන්න මෙහි අදහසයි.)

ඉති = මේ වනාහි ඉන්ද්‍රියයන් තියුණු කරලන නවාකාරයෙන් වෙත්.

ඥාණය බලවත් ලෙස දියුණු නැති තාක්, මෙම ආකාර නවයෙන් ගැළපෙන එකක් විශේෂයෙන් සළකා බලමින් සම්පූර්ණ කරනු පිණිස වැර වඩයි.)

රූප සත්තක සම්මසන විධි

1. ආදාන නික්ඛෙපන සම්මසන විධිය

මෙහිලා ප්‍රතිසන්ධි අවස්ථාවේ නව භවයෙහි ස්කන්ධභාරය ගැනීම **ආදාන** නම් වේ. චුතිය නමැති අතීත භවයෙහි ස්කන්ධ භාරය හැරදැමීම **නික්ඛෙපන** නම් වේ. මෙම ප්‍රතිසන්ධි, චුති වශයෙන් පරිච්ඡෙද කොට මෙම වර්තමාන භවයෙහි රූපයන් අනිත්‍යය, දුක්ඛය, අනාත්මයැ"යි සම්මසනය කිරීම **ආදාන නික්ඛෙපන සම්මසන** නම් වේ. එම රූප ත්‍රිලක්ෂණයන්ට නැංවීම නම් වේ. එලෙස නැංවීමේ ක්‍රමය මෙසේය.

මෙනෙහි කොට දත යුතු රූපයන්ගේ උදය-වය දෙක වර්තමාන වශයෙන් දැකගත් විට, වර්තමාන භවයේ ප්‍රතිසන්ධියේ පටන් චුති කාලය තෙක් අතර කාලයේ උපදින උපදින, රූප දූත් ඇස්පනාපිට මෙනෙහි කොට දත යුතු රූප ලෙසට ම ඇතිවීම නැතිවීම අනුව අනිත්‍යයැ. මුලින් පැවති ආකාරයෙන් නො වෙනස්ව නො පවතින බැවින්ද, විපරිණාමයට පත්වන බැවින් ද අනිත්‍යයැ. එකම චිත්තක්ෂණයක් පවත්නා බැවින් ද අනිත්‍යයැ. නිත්‍ය ස්වභාවයට හාත්පසින් ප්‍රතිපක්ෂ පැවැත්ම ඇති අතර නිත්‍ය බව ප්‍රතික්ෂෙප කරන බැවින් ද අනිත්‍යයැ.

(නිත්‍යතාව ප්‍රතික්ෂේප කරන ආකාරය මෙසේය. "අනිත්‍යයැ"යි දැක දැනගත යුතු ධර්මය එළෙස වටහාගන්නා යෝගාවචරයා මෙසේ පිළිගන්වා ඇත. බොහෝ සත්ත්වයින් "අපි නිත්‍ය වන්න මෝ යැ"යි පොදුවේ හඟියි. අපි වනාහි "තොප වනාහී තොපට වැටහෙනාකාරයෙන් එසේ සිතත්." නමුත් "ඒකාන්තයෙන් අනිත්‍ය යැයි පිළිගන්නෙමු. ඒ අනුව එම නිත්‍යභාවය ප්‍රතික්ෂේප කරමින් අනිත්‍ය යැයි කියත්." සුඛභාව ප්‍රතික්ෂෙප කරමින් දුකඛභාවත්, අනාත්මභාව ප්‍රතික්ෂේප කරමින් අනාත්මභාවත්" පිළිණ කරන තැන්හී ද මෙම ක්‍රමයට ම බව වටහාගත යුතු.)

තවදුරටත් පහළ වූ රූපයන් ඨිතියටත් ජරාවටත් පත්වෙත්. ජරාවට පත් රූප බිඳී යත්. එහෙයින් මරණයට මත්තෙන් මේ භවයේ ඇති තාක් රූපයන්ද "ඇස්පනා පිට මෙනෙහි කොට වටහාගන්නා රූපයන් මෙන්" උදය - වය දෙකින් අතරක් නො තබා පෙළන හෙයින් හාත්පස සිත් දුකයැ. උපනුපන් ක්‍ෂණයෙහි ඉස්පාසුවක් නො තබා දුක් දෙන බැවින් ද දුකයැ. කායික දුක් චෛතසික දුක් උපදවන බැවින් දුකයැ. සුඛයට ප්‍රතිපක්‍ෂව, විරුද්ධව සිටගනිමින් සුඛය ප්‍රතික්ෂෙප කරන බැවින් ද දුක යැයි මනසිකාරය පවත්වයි."

තවදුරටත් උපදනා රූපයන් නූපදීවායි ප්‍රාර්ථනා කළත් එසේ නො පවතින බැවින් ද, ඉපදුනු රූපයන් ජරා දිරාවට නොයාවයි ප්‍රාර්ථනා කළත් එසේ ඉෂ්ඨ නො වන බැවින් ද, වර්තමාන භවයේ මරණයට පෙර සියලු රූපයන්, දැන් ඇස්පනාපිට මෙනෙහි කොට දැනගන්නා රූපයන් මෙන් "ආත්මය ය, ජීවය යැ නිත්‍ය යැ, සියලු ක්‍රියාවන් කරදෙන කාරකයෙකුයැ, සැපදුක් විඳින වේදකයෙකි," යැයි සිතිය හැකි ආත්මභාවයකින් තොර බැවින් අනාත්මය. (මනුෂ්‍යයන්ගෙන් තොර වූ ශූන්‍ය ග්‍රාමයක් මෙන් එම රූපයන් කෙරෙහි ආත්මයක්, ජීවිතයක් විද්‍යාමාන නොවේ යැයි අර්ථයි). ස්වාමීත්වයක් නොමැති බැවින්ද අනාත්මයැ. එම රූපයන්ට ඊශ්වර - නායක වූ, ස්වාමී වූ ආත්මයක්, ජීවිතයක් නැත. එමෙන් ම ආත්මයකට, ජීවියෙකුට අයිතිව පවතින රූපයක් ද නොමැත්තේය.) තමා කැමති පරිදි පවතින, තමා වසයෙහි පැවැත්විය හැකි ස්වභාවයක් නොමැති නිසාද අනාත්මය. (ආත්මය නම් තමා කැමති දේ සාධනය කරන්නෙකි" ආදි වශයෙන් සළකන අර්ථයක් වේද ඊට ප්‍රතිපක්‍ෂ වන්නේ නුයි අනාත්මයැයි සමමසන කරයි.

මේතැන් හී අනත්ත පදය ආත්මය නැති තැන අනාත්ම යැයි හෝ ආත්මය නොවන්නේ අනාත්මය යැයි හෝ කියන දෙවිධියකට අර්ථගත හැක්කේය.

ප්‍රථම ආදාන - නික්ඛෙපන නය ක්‍රමය නිමියේ යැ.

ත්‍රිලක්ෂණයන්ට නංවමින් සම්මසනය කරන ක්‍රමය

කෙනෙක් මෙහිලා "නාම - රූපයන්ගේ ඇතිවීම - නැතිවීම ඇස්පනාපිට ප්‍රත්‍යක්ෂ වශයෙන් නොදැක, සුතමය - චින්තාමය - ඥාණ පමණින් අනුමාන කොට '**අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත**' යැයි කට පාඩමින් කියමින් මෙනෙහි කළ යුතුය. මෙලෙස කට පාඩමින් මෙන් කියමින් මෙනෙහි කිරීමෙන් තිලක්ෂණයන්ට නැංවීම සම්පූර්ණ වේ." යැයි අදහස් කරත්. මෙලෙස සළකා ගැනීම නො මැනවි. නිවැරදි ක්‍රමය නම් මෙනෙහි කරන ඇස්පනා පිට පහළවන රූපයන්ගේ උදය - වය දක්නා අවස්ථාවේ එම නාම-රූපයන්ගේ නිවී නැතිවී යන, බිඳීයන ස්වභාවය අනිත්‍යයැයි හෝ, උදය - වය වශයෙන් හාත්පසින් පෙළන බැවින් දුක්ඛ යැයි හෝ තමා වසයෙහි නො පවත්නා බැවින් අනත්ත යැයි හෝ දැක - දැන පිළිගෙන, තමා වශයෙන් ප්‍රත්‍යක්ෂ ඥාණයෙන් වටහා ගෙන භාවනා කිරීම නියම සම්මසන ක්‍රමයයි.

'**ආරොපෙත්වා සම්මසනනති**' යන වචනයෙන් කියවෙන කාරණය දත යුතුයි. "**හුත්වා අභාවතො අනිච්චං, උදයබ්බය පීළනතො දුක්ඛං, අවසවත්තනතො අනත්තාති**"යනාදී ලෙසට මේ නාම - රූපයන් සාමඤ්ඤ ලක්ෂණ තුනට නිරතුරුව නංවමින් සිටී. මෙහි තේරුම සරලව මෙසේය. ඇතිව-නැතිව යන හෙයින් අනිත්‍ය යැ. ඇතිවීම්-නැතිවීම් දෙකින් නිරතුරුව පෙළෙන බැවින් දුක යැ. තමාවසයෙහි පැවැත්විය නොහැකි හෙයින් අනාත්මය යැ.

භාවනා කිරීමට පෙර කාලයේ ද, භාවනා ආරම්භක කාලයේ ද මෙලෙස මෙම ත්‍රිලක්ෂණය වටහාගත නොහේ. භාවනා ඥාණ මේරූ කාලයේ පමණක් මෙලෙස ප්‍රත්‍යක්ෂ ලෙස දැකගත හැක්කේය.

එබැවින් යෝගීන් විසින් මෙම ත්‍රිලක්ෂණයන් ප්‍රත්‍යක්ෂ ලෙස දැකීමට පෙර, ආරම්භක කාලයේ ද එම නාම-රූප ධර්මයන් කෙරෙහි ආරෝපනය

කොට මෙනෙහි කළ යුතුව ඇත. එම නිසා "ත්‍රිලක්ෂණයන්ට ආරෝපනය කොට සම්මසනය කරයි" යන්න භාවනා පොත්පත්වල ඇතුළත් කොට ඇත.

පහත දැක්වෙන්නේ මහා ටීකා පාඨයකි. **රූප ධම්මෙ නිරූළං ලක්ඛණත්තයං පුබ්බෙ අත්තනා අසල්ලක්ඛිතං සල්ලක්ඛෙත්වා සම්මසන්තො තං තත්‍ථ ආරොපෙතීති වුච්චති"** [මහා ටී. (බු) 2/902]

රූප ධම්මා = රූප ධර්මයන් (රූප සම්මසන සම්බන්ධයෙන් විස්තර කෙරෙන තැනක් නිසා මෙසේ දක්වා ඇතිමුත් නාම ධර්ම සම්බන්ධයෙන් ද මෙය වලංගු වේ)

නිරූළං = නිතර නංවමින් ආරෝපනය කරමින්

පුබ්බෙ අත්තනා අසල්ලක්ඛිතං = පෙර තමන් මනසිකාරය නොපැවැත් වූ

ලක්ඛණත්තයං = අනිච්ච දුක්ඛ, අනත්ත යන ලක්ෂණ තුනට

සල්ලක්ඛෙත්වා සම්මසන්තො = මෙනෙහි කරමින් විපස්සනාකරන යෝගී තෙම

තං තත්‍ථ ආරොපෙතීති = එම ත්‍රිලක්ෂණයන් උක්ත රූප ධර්මයන්ට ආරෝපනය කරයි යැයි

වුච්චති = අර්ථ කථා චාර්‍යයන් කියයි.

මෙය මුඛ්‍ය කියමනක් නොවේ. සදිසුපචාර වචනයක් යැයි දත යුතු

එසේම;

කක්ඛළත්ත = ගොරෝසු, තද බව

වෙදියන = විඳීම

සඤ්ජානන = මෙනෙහි කිරීම

ඵුසන = අරමුණ හා සිත හැපීම

විජානන = අරමුණ දැන ගැනීම

යනාදී නාම රූපයන්ගේ ස්වභාව ලක්‍ෂණාදී උත්පාද - ඨිති - භංග සංඛ්‍යාත ක්‍ෂණ තුන දැන ගනී. එම ක්‍ෂණ තුන මෙනෙහි කළ යුතුය. මෙනෙහි කළ හැක්කේය. එක එකක් නාම - රූපයන්ගේ ඒ ඒ නියත ස්වභාවයන් ප්‍රකටව දත යුතුය. ආදිකම්මික කාලයේදී ද එම ස්වභාවික ලක්‍ෂණයන් විසදව දත යුතුය. එම නිසා "එම ලක්‍ෂණ ආරෝපනය කොට සම්මසනය කටයුතු යැයි පොත් පත්වල නො දැක්වේ. අනිත්‍යාදී ත්‍රිලක්‍ෂණයන් හෙවත් සාමඤ්ඤ ලක්‍ෂණයන් තුන චිත්තක්‍ෂණ තුන කෙරෙහි මෙනෙහි කොට භාවනා නො කළ යුතු. නො බැලිය යුතු. වෙන් වෙන් වශයෙන් එන නාම - රූපයන් නියත ලක්‍ෂණයන් විසද වශයෙන් දැන ගත යුතුයි යන්න ද සත්‍යය නොවේ. භාවනා ආරම්භයේ එළෙස දැනගත හැක්කේය යන්නද සත්‍යය නොවේ. ඇත්ත වශයෙන්ම රූප ධර්මයක් පාසා, නාම ධර්මයක් පාසා අනිත්‍යය ස්වභාවය ඇත්තේය.

එසේම දුක්ඛ - ස්වභාවය අනත්තත ස්වභාවය ද ඇත්තේය. ඤාණය තීක්‍ෂණ අවස්ථාවේදී" "මෙනෙහි කොට දත යුතු රූප - නාමයන්හී බිඳෙන සුළු බවද, ඇතිවීම් - නැතිවීම් දෙකින් පෙළෙන සුළු බවද තමා වසයෙහි නො පවත්නා සුළු බව ද නැවත නැවතත් දැකීමෙන් එම - නාම - රූප "අනිත්‍ය වන්නේ නො වේද? දුක් වන්නේ නො වේද?, අනාත්ම වන්නේ නො වේද?" යැයි දැන ගනී. මෙම දැන ගැනීම කලින් දුටු ස්වභාව ලක්‍ෂණයන් මත සාමඤ්ඤ ලක්‍ෂණයන් නැවත ආරෝපනය කොට දැකිය යුත්තක් ලෙස වන්නේය. එබැවින් ද "තිලකුණු වලට නංවා බලයි" යන්න මෙලෙස පොත්වල ඇතුළත් කොට ඇත. පහත දැක්වෙන සාධකය ද උපුටා ගන්නා ලද්දේ මහා ටීකාවෙනි.

යථා පඨවි ඵස්සාදීනං කක්ඛළ ඵුසනාදී ලක්ඛණානි තීසුපි ඛණෙසු සල්ලක්ඛිතබ්බානි පටිනියත රූපතාය සභාව සිද්ධානෙව හුත්වා ගය්හන්ති න එවං අනිච්චතාදි ලක්ඛණානි, තානි පන භංගුදයබ්බය පීළා වසවත්තනාකාරමුඛෙන ගහෙ තබ්බතො සමාරොපිත රූපානිවිය ගය්හන්ති වුත්තං සාමඤ්ඤ ලක්ඛණං ආරොපෙත්වාති. [මහා ටීකා (බු) 2/207]

පඨවි ඵස්සාදීනං = පඨවි ඵස්සා ආදිකොට ඇත්තාවූ රූප-නාම

කක්ඛළ ඵුසනාදී
ලක්ඛණානි = කර්කෂ බව, හැපෙන බව ආදී ස්වභාව ලක්ෂණයන් (ගය්හන්ති යන්න හා බැඳේ)
තීසුපි ඛණෙසු = උප්පාද - ඨිති - භංග යන ක්ෂණ තුනෙහි
සල්ලක්ඛිතබ්බානි = මෙනෙහි කළ හැකි, බැවින්

(හේතුමන්ත විශේෂණ පදයකි, "පි" ශබ්දයෙන් එක් ක්ෂණයක්ද, දෙකක්ද මෙනෙහි කළ හැක්කේය යන්න දක්වයි)

පටිනියත රූපතාය = නාම - රූප ධර්මයන්ගේ එක එකක් නිත්‍ය නිතය ද්‍රව්‍ය භාවයෙන්
සභාව සිද්ධානෙව
හුත්වා = ස්වකීය ප්‍රකෘති ස්වභාවයෙන් සම්පූර්ණයෙන් ප්‍රකට වී
ගය්හන්ති යථා = ගත හැකි- දතහැකි වන්නාසේ
අනිච්චතාදී
ලක්ඛණානි = අනිත්‍යතාව ආදී සාමාන්‍ය ලක්ෂණයන්
එවං = මෙම සභාව ලක්ෂණ ක්‍රමයටම
න ගයහන්ති = නොගත යුතුය. නොදන යුතු
වා = නොදත හැකිය
පන = ඇත්ත වශයෙන් වනාහි
තානි = එම අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත, ලක්ෂණයන් (ගය්හන්ති හා බැඳේ.)
භංගුදයබ්බය පීළාවසවත්තනා
කාර මුඛෙන = බිඳී යන ආකාරය, ඇතිව-නැතිව යන පෙළන තම වසයෙහි නො පවත්නා ආකාරය යන ආකාරයන් මුඛ්‍ය වශයෙන්
වා = ප්‍රධාන වශයෙන්
ගහෙ තබ්බතො = ගත යුතු - දත යුතු බැවින්

සමාරෝපිත රූපානි

විය භුත්වා	=	ස්වභාව ලක්ෂණයන් මත ආරෝපනය කළ යුතු ධර්ම ස්වභාවයන් ලෙස
ගයහන්ති	=	ගත යුතු - දත යුතු
ඉති	=	මෙලෙස ස්වභාව ලක්ෂණයන් මත ආරෝපනය කොට නංවා දතයුතු හා සමාන බැවින්

සාමඤ්ඤ ලක්ඛණ

ආරෝපෙත්වාති	=	සාමඤ්ඤ ලක්ෂණ තුනට නංවා යන යෙදුම
වුත්තන්ත	=	අට්ඨ කථා ආචාර්යයන් විසින් යොදන ලදී

මෙම ටීකාවෙහි බිඳී බිඳී යන ආකාරය, ඇති වීම් -නැතිවීම් අනුව පෙළෙන ආකාරය, තමා කැමති පරිදි නො පවතින ආකාරය යන දේ දැකීමෙන් පසුව අනිච්ච - දුක්ඛ - අනත්ත ලක්ෂණයන් දත හැක්කේය. මෙලෙස දැන ගැනීම සභාව ලක්ෂණයන් මත සාමඤ්ඤ ලක්ෂණයන් නංවා, ආරෝපනය කොට දැන ගැනීම හා සමාන වන්නේය. එබැවින් සාමඤ්ඤ ලක්ෂණයන් ආරෝපනය කොට භාවනා කරයි යන ලෙසට අර්ථකථාචාර්යයන් වහන්සේලා අනුශාසනාකරයි" යන කථාවට ගැඹුරින් සැළකිල්ල යොමුකරත්වා, එබැවින් "ලක්ෂණයන්ට නංවා" යයි දක්වන තැන ඇතිවීම -නැතිවීම දැක දැන ගැනීමට පෙරාතුව, තවමත් ප්‍රකට නොවූ ලක්ෂණයන් අමෝරාවෙන් ප්‍රකට කරගැනීමේ අදහසින් සිතා - මතා කටපාඩමින් සිත යොදයි යන්න අදහස නොවේ. ඇත්ත වශයෙන් නම් යෝගී තෙම නාම -රූපයන්ගේ අත්‍යයන්ත ලක්ෂණයන් පහළ වන පහළ වන අයුරින් මෙනෙහි කිරීමෙන්ම නියම ඇතිවීම-නැතිවීම දත යුතුය. මෙලෙස මෙනෙහි කොට දැනගත් නාම-රූපයන් ද එම නාම- රූපයන් අනුමානයෙන් පහළ වන නාම - රූපයන්ද අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම, හුදු ධර්මතාවයන් පමණක්මයැ, පිළිගැනීම ප්‍රත්‍යක්ෂ අනුමාන ඥාණයන් මඟින් දැන ගැනීම, සළකා ගැනීම හා විය යුතු යැයි යන්න මෙහි අභිමත අර්ථය බව සැකයෙන් තොරව සිත තබා ගත යුතුයැ.

2. වයො වුද්ධත්ථංගම සම්මසන ක්‍රමය

වයස අනුව වැඩුණු, වෘද්ධියට පත් වූ රූපයාගේ අසථංගමය වයො වුද්ධත්ථංගම නම් වේ. මෙහිලා රූපයන් ලොකු කාල පරාස වශයෙන් හො

කුඩා කාල පරාස වශයෙන් හෝ බෙදා වෙන්කරගෙන "අනිච්චං - දුක්ඛං - අනත්තං" යැයි සම්මසනයට පෙළඹීම වයෝ වුද්ධත්ථංගම විපස්සනා යැයි කියැවේ. මෙතෙහි කොට වටහාගත් රූප යන්ගේ ඇතිවීම්-නැතිවීම් ඇස්පනා පිට විසදව දැක දැන ගත් අවස්ථාව මෙහිලා නියම විපස්සනා කාලයයි. ප්‍රථම වයසෙහි වූ රූපයන්, දැන් ඇස්පනා පිට දක්නා රූපයන් මෙන් දෙවැනි මධ්‍යම වයසට පත් නොවී එම ප්‍රථම වයසෙහිදීම නිරුද්ධ වූ බැවින් "අනිත්‍ය යැ - දුක්ඛ යැ-අනාත්ම යැ"යි සළකා බලයි. මධ්‍යම වයසේ රූප පශ්චිම වයස තෙක් නො පවතී. මධ්‍යම වයසේදීම නිරුද්ධ වේ. පශ්චිම වයසේ රූප මතුභවයට නොයයි එම පශ්චිම වයසේදීම, දැන් වර්තමානව දක්නා රූප මෙන් නිරුද්ධ වෙමින්, නිරුද්ධ වෙමින් යන නිසා "අනිත්‍යයැයි දුක්ඛ යැයි අනත්‍ය යැ"යි සළකා බලයි.

වර්තමානයෙහි වසර සියයක් ආයුෂ විඳින්නන් විරළය. නමුදු අර්ථ කථාවන්හී දක්වෙන ක්‍රමයට අනුව සාමාන්‍ය වයස වසර සියයක් ලෙසට සළකා විස්තරය ගෙන හැර දක්වන්නෙමු. වසර සියයක ආයු කාලය වසර දහයේ කොටස් දහයක්, දශක දශකයක් කොට,

ප්‍රථම වසර දහය තුළ වූ රූප දෙවැනි වසර දහය තෙක් නොපවතී. එම මුල් වසර දහය තුළ ම දැන් ඇස්පනා පිට දැක ගන්නා රූපයෙන් එතැන එතැන නිරුද්ධ වූ බැවින් අනිත්‍ය යැ, දුක්ඛ යැ, අනාත්ම යැයි සළකා බලයි.

දෙවැනි දශකයෙහි ආදියෙහි වූ රූපයන් මෙලෙසට ම ගෙන දත යුතුය. මෙලෙසට ම සාමාන්‍ය ලෙසට ම ගත් වසර සියයක් වූ ආයු කාලය වසර පහේ කොටස් විස්සකට, වසර හතරේ කොටස් විසි පහකට වසර දෙකේ කොටස් පනහකට වසර එකේ කොටස් සියයකට බෙදා ගෙනද සළකා බලයි. එක වසරකට එක සෘතුව බැගින් කොටස් තුනක් දෙමාසය බැගින් කොටස් හයක් යන ලෙසට ද බෙදාගෙන සම්මසනය කළ හැක්කේය. එක මාසයක්ද පුර පක්ෂය, අව පක්ෂ්‍ය වශයෙන් කොටස් දෙකක් ලෙසට ද සළකා බැලිය හැක. දිනයක් තුළ දිවා - රාත්‍රී වශයෙන් කොටස් දෙකක්, උදය, මධ්‍යාණය, සවස-පෙරයම, මැදියම් රැය, පැසුළු යම, අරුණෝදය යනලෙස කොටස් හයක් වශයෙන් ද බෙදාගෙන එක

කාල පරිච්ඡේදයකින් තවත් කාල පරිච්ඡේදයකට නො යාම දුන් ඇස්පනාපිට දක්නා රූප මෙන් නිරුද්ධ වී යන බැවින් "අනිත්‍යයැ දුක්ඛ යැ අනාත්මයැ"යි සම්මසනය කර බලයි. මෙලෙස දක්වූ සම්මසන ක්‍රම සියල්ල ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥාණයන් අනුගමනය කරමින් පහළ වන හුදු අනුමාන ඥාණ මතු කරගන්නා ආකාරයන් වන්නාහ. මේ දක්වන ලද විපස්සනාකාරයන් ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ඥාණයන්ගේ විෂයයෙන් ද වෙත්.

අභික්කමෙ පවත්ත රූපං පටික්කමං අප්පත්වා තත්ථෙව නිරුජ්ඣති, පටික්කමෙ පවත්තරූපං ආලොකනං, ආලෝකනෙ පවත්තරූපං විලොකනං, විලොකනෙ පවත්ත රූපං සම්ඤ්ජනං, සම්ඤ්ජනෙ පවත්ත රූපං පසාරණං අප්පත්වා තත්ථෙව නිරුජ්ඣති. තස්මා අනිච්චං දුක්ඛං අනත්තාති තිලක්ඛණං ආරොපෙති [වි. ම. (බු) 2/196]

ඉදිරියට ගමන් කරන අවස්ථාවේ පහළ වන රූප නැවත හැරී එන අවසථාව තෙක් නො පැවතී එම ඉදිරි ගමන තුළදී ම නිරුද්ධ වේ. නැවත ආපසු හැරී එන අවස්ථාවේ පහළ වන රූප ඉදිරිය බලන අවස්ථාව තෙක් නො පැවතී නිරුද්ධ වෙත්. ඉදිරිය බලන අවස්ථාවේ පහළ වූ රූප පැත්ත බලන අවස්ථාව තෙක් නො පැවතී නිරුද්ධ වෙත්. නවන අවස්ථාවේ පහළ වූ රූප දිග හරින අවස්ථාව තෙක් නොපැවතී නිරුද්ධවෙත් එම නිසා අනිත්‍ය යැ දුක්ඛය යැ. අනාත්ම යැයි ත්‍රිලක්‍ෂණයන්ට නංවමින් භාවනා කරයි.

ඉහත දක් වූ අට්ඨ කථාවෙහි දක්වෙන්නේ බුද්ධ දේශනාවෙහි දක්වෙන පිළිවෙළ ම ය. කෙසේ නමුත් මේ පිළිවෙල කටපාඩම් කරගෙන එම පිළිවෙලට ම සළකා බැලිය යුතු යැයි ඉන් අදහස් නො කෙරේ. මක් නිසාද යත්, නැවත ආපසු එන වාරයක් පාසා ඉදිරියට බැලිය යුතුයැයි නියමයෙක් නැත. එසේ වන්නේ ද නැත. ඉදිරියට යෑම, ඒ මේ අතට වැනීම, පැත්ත බැලීම, නැවීම, දිගහැරීම ආදිය ද සිදුවිය හැක්කේ ම ය. ඉදිරිය බලන බලන වාරයේ ඉන් පසු පැත්ත බැලීම සිදුවෙනවා ම නො වේ. ඒ වෙනුවට ඉන්පසු ඉදිරියට යෑම සිදුවීමට ඉඩ තිබේ. එසේම පැත්ත බලන බලන වාරයේ නැවීම සිදු නො වේ. නවන වාරයක් පාසා දිග හැරීම සිදුවෙනවා නො වේ. ඉදිරියට නැවීම වැනි දෙයක් ද සිදු විය

හැක්කේය මෙලෙස යම් ඉරියව්වකට පසු වෙනස් ඉරියව්වක් වියහැක. මෙලෙස උපදින උපදිනාකාරයට විපස්සනා කිරීම සකලාකාරයෙන් නොදක්වා වැටහෙන ආකාරයන් පමණක් ද පවත්වන බැවින් මෙම දැක්වීම හුදු දේශනාක්‍රමයක් යැයි වටහා ගත යුතු.

විපස්සනා යොගාවචරයා වනාහි ඒ ඒ රූප ආකාරයන් මතුවන මතුවන ඉරියව්වට අනුව මෙනෙහි කරමින් භාවනා කටයුතු. ඒ ඒ අවස්ථාවේ පහළවන ඒ ඒ ආකාරයන්ගේ නිරුද්ධ වීම ඇස්පනාපිට දැකගත් විට ඒ ඒ රූප ආකාරයන් අනිත්‍ය යැයි ද, දුක්ඛ යැයිඳ අනාත්ම යැයිද, යන ආකාරයට පවත්නා ඤාණයන්, සිතා නොබැලුවත්, මෙනෙහිකර භාවනා කිරීමෙන්ම විශුද්ධව ප්‍රකටව උපදී

සක්මන් කරනවිට දකුණු පස විහිදුවන රූප වම් පසට නොයයි. වම්පස විහිදුවන අවස්ථාවේ රූපයන් ද දකුණු පස අවස්ථාව තෙක් නොපවතී. එක එක පියවරක් තුළ පච් වශයෙන් නිරුද්ධ වී යන බව අනිත්‍යය, දුක්ඛයැයි අනාත්මයැයි, නොසිතා නමුත්, මෙනෙහි කිරීම් පමණින් විසදව දත හක්කේය. තවදුරටත් එක පියවරක් තුළ පවා ඔසවන අවස්ථාවේ රූප යවන අවස්ථාව තෙක් නොපවතී. යවන අවස්ථාවේ රූප තබන අවස්ථාවට පත් නොවේ, තබන අවස්ථාවේ පවතින රූප ඊළඟ පාදයට නොයයි. එලෙස ඔසවන-යවන - තබන අවස්ථාවන්හීදී නිරුද්ධ වී යනබව අනිත්‍යයැ, දුකඛයැ, අනාත්මයැයි කල්පනා නො කර ම මෙනෙහි කිරීම් පමණින් විසදව, ප්‍රකටව දත හැක්කේය. සම්මසන ඤාණය මුදුන්පත් වන අවස්ථාවේදී පියවර එකක් එකක් තුළ හය ආකාරයකට බිදී බිදී යන බව ප්‍රකට විය හැක්කේය.

හය ආකකාරයකට බෙදා දැක්වීම මෙලෙසය

1. උද්ධරණ. = ඔසවන අවස්ථාව
2. අතිහරණය = එසවූ පය තිබූ පය තෙක් ගෙන යෑම
3. වීතිහරණ = එය ඉක්මවා පසෙකින් ඉදිරියෙන් තැබීම.

මෙහි දැක්වෙන විස්තරය මහ ටීකා, මූල ටීකා යන ටීකාවන්ට අනුව දක්වන විග්‍රහයකි. අට්ඨ කථාවන්ට අනුව අතිහරණ යනු එසේ යැවීමයි. වීතිහරණ යනු කටු, වල ගොඩැලි සළකා බලා මගහැරීම වශයෙන් දැක්වේ

4. **වොසසජ්ජන.** = පහත් කිරීම

5. **සනනිකෙඛපන** = බිමට තැබීම

6. **සනනිරුම්භන** = බිමට තදකිරීම

මේ හය ආකාරය අතරින් ප්‍රථම **උද්ධරන** අවස්ථාවේ ඇති වන රූප දෙවන **අතිහරණ** අවස්ථාව තෙක් නො පවතී, දෙවන අවස්ථාවේ පහළවන රූප තුන්වන **වීතිහරණ** අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. තුන්වන අවස්ථාවේ එම රූප හතරවන වොසසජ්ජන අවස්ථාව තෙක් නොපවතී. හතර වන අවස්ථාවේ පහළ වන රූප පස්වන **සනනිකෙඛපන** අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. පස්වන අවස්ථාවේ රූප අවසාන **සනනිරුම්භන** අවස්ථාව තෙක් නො පවතී, **සනනිකෙඛපන** අවස්ථාවේ පහළ වන රූප අනෙක් පය එසවීම තෙක් නො පවතී. ඒ ඒ ක්ෂණයෙහි අවස්ථාවෙන් අවස්ථාවට, පර්වයෙන් පර්වයට, කොටසින් කොටසට, කැල්ලෙන් කැල්ලට ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින්, නිරුද්ධ වෙමින් යන නිසා අනිත්‍ය යැ, දුක්ඛය යැ අනාත්ම යැයි දකී. උද්දරණයක් පාසා මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන පමණින්, කල්පනා කිරීම් වලින් තොරව ඇති සැටිය විසදව ප්‍රකටව දැකගන්නේය. වටහා ගන්නේය. අදාළ පාළි උධෘත හතරවන පරිච්ඡේදයේ (සිංහල දෙවන කොටසේ) සිංහල පරිවර්තනයන් සහිතව 260 - 262 පිටුවල දක්වන්ට යෙදුනි. විශුද්ධි මාර්ගයෙහි වනාහි රූප සම්මසන විස්තර දක්වන ස්ථානය බැවින් රූප ධර්ම පමණක් දැක්වීම උදෙසා දක්වා ඇති විස්තරය එම පාළියට වඩා විශිෂ්ඨය. මතුවන මතුවන ආකාර, ඉරියව් මෙනෙහි කරමින් භාවනා කොට මෙතෙක් විසද ප්‍රකට භාවයට පත් වී නම් සම්මසන ඤාණය මුදුන්පත් වූවා වන්නේය. උදයබ්බය ඤාණ ආරම්භයට පත්වී යැයි වටහා ගත යුතු. එබැවින් විශුද්ධි මාර්ගයෙහි මෙසේ අනුශාසනා කරයි.

තසෙසවං පබ්බ පබ්බ ගතෙ සංඛාරෙ විපසසතො රූප සම්මසනං සුඛුමං හොති [වි. ම (බු) 2/297]

එවං = මේ ආකාරයට

පබ්බ පබ්බ ගතෙ = කලාප, කලාප - පර්ව පර්ව වූ

සංඛාර = සංස්කාරයන්

විපස්සතො	=	විපස්සනා කරන්නාවූ
වා	=	විපස්සනා කළ හැකි
තස්ස	=	යෝගී හට
රූප සම්මසනං	=	රූපයන් සළකා බලන ඥාණය
සුඛුමං	=	සියුම්
හොති	=	වේ.

කෙටි අර්ථය

"ඉදිරියට යෑමේදී පහළ වූ රූප ආපසු පෙරළා පැමිණීම තෙක් නොපවතී" යැයි මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන තැන් පටන් පියවරක් පියවරක් හයක් හයක් වූ ආකාරයන්ට බෙදා ගනිමින් භාවනා කරන තැන තෙක් විග්‍රහකරන්නට යෙදුණු ක්‍රමය අනුව විසදව ප්‍රකටව වටහාගන ඉදිරියට බලන්නේ නම් රූප සම්මසන ඥාණය සුඛුම බවට සියුම් බවට පත්වී යැයි දක්වයි. මෙයට වඩා සුඛුමතර තත්ත්වයකට, නිෂ්ඨාවකට පත්වීමක් නැත්තේය. ඒ අනුව මෙය සම්මසන ඥාණය මුදුන්පත් වීයැයි කියැවේ.

ආහාර සම්මසන ක්‍රමයන් මීට අනතුරුව දක්වා ඇති නිසා, එම ක්‍රම අනුව වටහා ගන්නා දේවල් මීටත් වඩා සුඛුම, සියුම් විය යුතු නොවේ දැයි විතර්කයක් පහළ විය හැක්කේය. එලෙස නො සිතන්න. එලෙස නො සළකන්න. හේතුව වනාහි පොත් පත් වල ක්‍රම සියල්ල එකට මිශ්‍ර කොට දක්වීමට නො හැකි නිසා එම ක්‍රම වෙන වෙන ම බෙදා දක්වා ඇත. භාවනා පටන්ගැන්මේ දී එම එක් ක්‍රමයකින් තව ක්‍රමයකට ක්‍රම අනුපිළිවෙලින් භාවනා කළයුතු යැයි යන අදහසින් මෙසේ දක්වනවා නො වේ. ඇත්ත වශයෙන් ම නම් මේ දැක්වූ ක්‍රමයට ප්‍රකටව විසදව දැක දැන ගත හැක්කේ නම් අනෙකුත් අදාල ක්‍රම අනුවත් දැක දැන ගත්තා හා සමාන වන්නේය. එම නිසා සුඛුමං හොති යැයි දක්වා ඇත. "ඉදිරියට ගමන් කිරීමේදී පහළවන රූප ආපසු හැරී එන අවස්ථාව තෙක් නොපවතී" යන ලෙසට ස්වභාව අතින් සම වූ රූප සන්තතීන්හි මුල, අග වෙන් වෙන්ව දැක දැන ගත හැක්කේ නම් ඥාණය මුහුකුරා ගිය කෙනොගේ

සම්මසන ඤාණය මුදුන් පත්වී යැයි පිළිගත යුතුය. ඤාණය ශූර කෙනාට වනාහි පියවරක් පියවරක් පාසා කොටස් හයකට හයකට බෙදමින් සම්මසන ඤාණය පහළ වී යැයි භාරගත යුතුය. තවදුරටත් අට්ඨ කථාවෙහි නාම සත්තක ක්‍රමයට අනතුරුව දක්වන දේවල් ද වඩා පිරිසිදු බව පිණිස ලියාදක්වා ඇති හුදු පොතේ දැනුම ම වේ. භාවනා කරන අවස්ථාවේ රූප - නාම කළවම් කර නො ගෙන මතුවන ආකාරයට ප්‍රකට භාවයට අනුව ම මෙනෙහි කොට බැලිය යුතු. එම නිසා යෝගාවචරයාට යම් ආකාරයකට රූප ප්‍රකට ව පෙනේද එලෙසට ම නාම ධර්මයන් ද ප්‍රකටව පෙණෙනු ඇත. මෙලෙස රූප මෙනෙහි කරමින් භාවනා කිරීමෙන් ම ප්‍රකට වූ නාම ධර්ම මෙනෙහි කළ යුතු බැවින් නාම සත්තක සම්බන්ධයෙන් රූප මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා සිත ම දිගට මෙනෙහි කොට බැලිය යුතු බව ප්‍රකාශිතය. එබැවින් මෙම ස්ථානයෙහි "රූප සම්මසන ඤාණය මුදුන්පත් වූයේ නමුත් නාම සත්තක ඤාණය තවම මුදුන්පත් වූයේ නැතැයි යන්න පිළි නො ගත යුතුයි. එලෙස නො කිව යුතු වන්නේ ම ය. මක්නිසා ද ඇත්ත වශයෙන් ම රූප සත්තක ඤාණය සුඛුමව විසදව පහළ වන විට ම එපමණකින් ම නාම සත්තක ඤාණය ද සුඛුමව විසදවේ. මුදුන්පත් වීම සිදු වේ" යන්න තදින් සිතට ගත යුත්තකි.

දෙවැනි සම්මසන ක්‍රමය නිමියේය.

3. ආහාරමය සම්මසන ක්‍රමය

ආහරමයං ඡාත සුහිත වසෙන පාකටං හොති, ඡාත කාලෙ සමුට්ඨිතං රූපඤ්හි ඣත්තං හොති කිලන්තං ඣාමඛාණුකො විය අංගාර පච්ඡිං නිලීන කාකො විය ච දුබ්බණ්ණං දුස්සණ්ඨිතං. සුහිත කාලෙ සමුට්ඨිතං ධාතං පිණිතං මුදු සිනිද්ධං ඵස්සවන්තං හොති සො තං පරිග්ගහෙත්වා ඡාතකාලෙ පවත්තරූපං සුහිතං කාලං අප්පත්වා එත්ථෙව නිරුජ්ඣති

[වි. ම. 468]

මේ දක්වන විශුද්ධි මග්ග ක්‍රමයට අනුව ආහාර නිසා හටගන්නා රූප, බඩ ගින්න, බඩ පිරී ඇති බව වශයෙන් ප්‍රකටය. එසේ ප්‍රකටවන ආකාරය මෙසේය. බඩගිනි ඇතිවිට පහළවන රූප මිලාන වූ වෙහෙසකරවූ

බවත් දක්වයි. පිළිස්සී ගිය කණුවක් මෙන්ද, අඟුරු ගබඩාවක සැඟවුනු කපුටෙකු මෙන්ද දුර්වර්ණ වෙයි. දරුණු වෙයි. ආහාරයෙන් බඩ පිරුණු කල සුභික්ෂිත කල උපන් රූප ප්‍රණීත වෙයි, මෘදු වෙයි සිනිඳු වෙයි. මනා පහසක් දනවයි. යෝගී තෙම මේවා පිරිසිඳ දැන ගෙන බඩගිනි කාලේ පැවති රූප සුභික්ෂ කාලය තෙක් නොපැවතී එතැනම නිරුද්ධ වේ යැයිද, එබැවින් අනිත්‍ය යැ, දුකඛ යැ, අනාත්ම යැයිද, මෙම ආහාර නිසා පහළ වන රූපයත් මෙනෙහි කොට බලමින් වටහා ගනී

4. උතුමය සමමසන ක්‍රමය

උතුමයං රූපං සීතුණ්හවසෙන පාකටං හොති උණ්හ කාලෙ සමුට්ඨිතං රූපඤ්හි ඣත්තං හොති කිලන්තං දුබ්බණ්ණං, සිත උතුනා සමුට්ඨිතං රූපං ධාතං පිණිතං සිනිද්ධං හොති. සො තං පරිග්ගහෙත්වා උණ්හකාලෙ පවත්ත රූපං සීත කාලං අපපත්වා එත්ථෙව නිරුජ්ඣති. [වි. ම. 468]

මෙලෙස මුල පුරන විශුද්ධි මාර්ග දක්වීමට අනුව ඍතුජ රූප, ශීත - උණ්හ වශයෙන් ප්‍රකටය. එසේ ප්‍රකට වන ආකාරය වනාහී... උෂ්ණ ඍතුවේදී පහළ වන රූප මලානික, වෙහෙසකර දුර්වර්ණ වූ ඒවා වේ. ශීත ඍතුවේදී පහළ වන රූප ප්‍රණීත, මෘදු, සිනිඳු වේ. සුව පහස දනවන්නේය. යෝගී තෙම ඒ රූප පිරිසිඳ දැන ගෙන උෂ්ණ ඍතුවෙහි පැවති රූප ශීත කාලයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධ වේ. ශීත කාලයේ පවතින රූප උෂ්ණ කාලය තෙක් නො පවතී. එම ශීත කාලයේදී ම නිරුද්ධ වෙත්. එම නිසා අනිත්‍යය දුකඛ යැ අනාත්ම යැයි උතුජ රූප මෙනෙහි කොට භාවනා කරන්නේ වටහා ගනී.

චතුත්ථ ක්‍රමය නිමියේ යැ.

5. කමමජ සමමසන ක්‍රමය

කම්මජං ආයතන ද්වාර වසෙන පාකටං හොති. චක්ඛු ද්වාරස්මිඤ්හි චක්ඛු -කාය - භාව දසක වසෙන තිංස කම්මජ රූපානි, උපත්ථම්භකානි පන තෙසං උතුචිත්තාහාර සමුට්ඨානානි චතුවීසතීති චතුපණ්ණාස හොන්ති, තථා සොත - ඝාන - ජිව්හා ද්වාරෙසු, කායද්වාරෙ කාය භාව දසක වසෙන මෙව උතු සමුට්ඨානාදි වසෙන ච චතුචත්තාලීස, මනොද්වාරෙ

හදය වත්ථු කාය - භාව - දසක වසෙන චෙව උතුසමුට්ඨානාදි වසෙනච චතු පණ්ණාසමෙව [වි. ම. 468]

සිංහල අර්ථය

කර්මය නිසා උපන් රූප එසසය පහළවීම අනුව ද්වාර වශයෙන් ප්‍රකට වේ. (අරමුණ හා සිත හමුවීම නිසා ඇසේ ඔපය, නාසයේ, දිවේ, කයේ ඔපය, හදය වත්ථුරූපය යන මේවා ප්‍රකට වීම බැවින්, ඒවායේ යෙදී පවතින කම්මජ රූප සියල්ල ප්‍රකට වීම වන්නේ යැයි කියැවේ) එසේ ප්‍රකට වන ආකාරය චක්ඛු ද්වාරයෙහි චක්ඛු දශක, කාය දශක, භාව දශක වශයෙන් කම්මජ රූප තිසෙකි. ඊට අමතරව ඒවාට උපසථම්භක වන්නා වූ උතුජ, චිත්තජ, ආහාරජ යන කලාප රූප විසි හතර (24) යන මේ සියල්ල (පනස් හතර) ප්‍රකට වේ.

දැකීම කරනු පිණිස චක්ෂුප්‍රසාදය පහළ වන ක්‍ෂණයෙහි හෙවත් දර්ශනය කරන ක්‍ෂණයෙහි මෙම චක්ෂුප්‍රසාදය නම් වූ ඇසේ ඔපයේ විද්‍යාමාන බව ප්‍රකටව දැන ගන්නා බැවින් "ඇසේ සසම්භාර චක්ඛුවෙහි එම චක්ඛුප්‍රසාදය සමග සහජාත වන්නා වූ" රූප පනස් හතර ම ප්‍රකට බවට පත්වන්නේය" යනු මෙයින් කියැවේ. නමුදු අභිධර්ම ස්වරූප බෙදා දක්වන තැන් වලදී මෙන් "ඇසෙහි කලාප වශයෙන් මෙපමණ යැ, රූප සියල්ල මෙපමණ යැ, කුමන කලාපයේ කුමන රූප වර්ග ඇත්තේ දැයි යන්න ප්‍රකට වනවා නො වේ. මෙලෙස ප්‍රකට වීමත් මින් නො කියැවේ. එම නිසා ම **ආයතන ද්වාර වසේන** = ආයතන ද්වාර වශයෙන් ප්‍රකට වන්නේ යැයි විසෙන පද සහිතව දක්වා ඇත. මේ සම්බන්ධයෙන් සමහර කෙනෙක් කලාප හය වර්ගයක් රූප 54ක් යන මේවා එවායේ නම්, ඉලක්කම් ද සහිතව පරිපූර්ණව ගෙන ගණන් කරමින් ප්‍රත්‍යවේක්‍ෂා කර දැන ගැනීමෙන්ම සවිස්තරව සත්‍ය ලෙස දැන ගැනීම වන්නේ යැයි කල්පනා කරයි. එලෙස කල්පනා නො කළ යුතු. මක්නිසා ද යත් එම කලාප හය, රූප පනස් හතර යන මේවා ගණන් සංඛ්‍යා සහිතව අංග සම්පූර්ණව බෙදා දැක්වුව ද සවිස්තරව ඇත්තට ම දත හැකි නො හැකි නිසාය. දැන ගැනීම නො වන නිසාය. තවදුරටත් විස්තර කරන්නේ නම්,

කලාප හය යන තැන, සමාන ජාතික වූ බොහෝ කලාපයන් සමාන වශයෙන් ගෙන ගණන් බලා දක්වන දැක්වීමකි. එය වෙන් වෙන් වශයෙන් ගතහැකි තරම් ප්‍රමාණ සළකා ගෙන කරන ගණන් බැලීමක දැක්වීමක් නො වේ. එබැවින් දකින අවස්ථාවේ ඇසෙහි චක්ඛු දසක කලාප සියල්ල කොපමණ ඇත්තේදැයි යන්න ද කාය දසක ආදී තැන්හී ද ඇත්තේද යි යන්න ද, සම්මා සම්බුද්ධ රජාණන් වහන්සේට හැර වෙන කිසිවෙකුටත් නිශ්චය ලෙස සථිරව දත නො හැක්කේය. සබ්බඤ්ඤුත ඤාණ ශක්තියට පමණක් විෂය වන්නකි. එසේවන බැවින් කලාප හයයි. රූප පනස් හතරයි යැයි ගණන් සළකා බලා දැන ගන්නත් නිශ්චිත ලෙස වෙන් වෙන්ව දැන ගන්නවා නොවේ. තව දුරටත් දකින වාරයක් වාරයක් පාසා එම කලාප මිටි, රූප මිටි ගණන් හිලවු ද සමග නිවැරදිව සම්පූර්ණව ගණන් සළකා බැලීමට ශක්තියක් නොමැත්තේම ය. හැකියාවක් ශක්තියක් තිබුණේ වී නමුත් මෙලෙස ගණන් කිරීමක් අවශ්‍ය නැත්තේය. අපේක්ෂා නො කරන්නේ ය. විපස්සනා ක්‍රමයෙන් අනුශය කෙලෙස් පහළ වන උපස්ථරය (භූමිය) හෝ විනාශ කිරීම මෙහි අදහසයි. අවශ්‍යතාව යයි. දකින අවස්ථාවේ ප්‍රකට වන ඇසේ ඔපය නම් රූප අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත යැයි නිවැරදිව දැක දැන ගන්නේ නම් ඒ සමග පහළ වන සම්භාර චක්ෂුව නම් රූප සියල්ලම ද නිච්ච, සුඛ, අත්ත යැයි අල්ලා බදා ගැනීමක් සිදුවිය නො හැකි බැවින් එම කලාප හය රූප පනස් හතර යන මේවා අනුශය භූමිවශයෙන් විනාශ කිරීමක් සිද්ධ වුනා වන්නේය. එබැවින් ම විපස්සනාවට අදාළ සූත්‍ර පාලියෙහි කලාප සහ රූපයන්ගේ නම් - සංඛ්‍යා දැන ගැනීමට අනුශාසනා නො කර පොදුවේ **චක්ඛුඤ්ච පජානාති චක්ඛුං අනිච්චනති යථා භූතං පජානාති** යනාදි ලෙසට එම රූප පනස් හතර වෙනුවට චක්ඛු ප්‍රසාදය රූපය පමණක් දැන ගන්නා ලෙසට අනුශාසනා කරන සේක. විශුද්ධි මග්ග යෙහිදු ආහාරමය, උතුමය, චිත්තජ රූප භාවනා කිරිම සම්බන්ධයෙන් කලාප රූපයන්ගේ නම් සංඛාව දැන ගැනීම පිණිස අනුශාසනා නො කරයි. සාමාන්‍ය ලෙස දැන ගැනීමට අනුශාසනා කොට ඇත්තේය. එබැවින් මේ කම්මජ සම්මසන ක්‍රමය සම්බන්ධයෙන් ද දකින දකින ක්ෂණයෙහි ඇසේ ඔපය චක්ඛුද්වාරෙ රූප එකට ප්‍රකට වීම නිසා ඇස තුළ සමස්ථයක් වශයෙන් ඇති කලාප හය රූප පනස් හතර යන සියල්ල ප්‍රකට වන බව

මෙහිලා දැක්විය යුතු කාරණය වන්නේයැ යි දැඩිව සිතට ගත යුතු, පසු දැක්වෙන පාඨයන් හීදී ද මෙම ක්‍රමයට ම යැයිද වටහා ගත යුතු.

සිංහල අර්ථය,136 පිටේ නතර කළ තැන සිට...

සෝත ද්වාර, ඝාන ද්වාර, ජිව්හා ද්වාර යන තන්හී (අසන විට ආඝ්‍රාණය කරන විට, රස බලන විට) ද මෙලෙසට ම රූප පනස් හතර බැගින් ප්‍රකට වේ. කාය ද්වාර = පහසක් විඳින අවස්ථාවේදී කාය දසක භාව දසක, උතුජ කලාප ආදිය වශයෙන් රූප හතලිස් හතරක් ප්‍රකට වේ. මනොද්වාර = සිතන අවස්ථාවෙහිදී හෘදය වත්‍ථු දසක, කාය දසක, භාව දසක උතුජ කලාප ආදී වශයෙන් රූප පනස් හතරක්ම ප්‍රකට වන්නේය.

සො පබ්බමපි තං රූපං පරිග්ගහෙත්‍වා චක්ඛුද්වාරෙ පවත්තරූපං සොත ද්වාරං අප්පත්‍වා එථෙව නිරුජ්ඣති සොත ද්වාරෙ පවත්ත රූපං ඝාන ද්වාරං, ඝාන ද්වාරෙ පවත්ත රූපං ජිව්හා ද්වාරං, ජිව්හා ද්වාරෙ පවත්ත රූපං කාය ද්වාරෙං කාය ද්වාර පවත්ත රූපං මනොද්වාරං අප්පත්‍වා එත්ථෙව නිරුජ්ඣති. තස්මා අනිච්චං දුක්ඛං අනත්තාති එවං තත්‍ථ තිලක්ඛණං ආරොපෙති (විශුද්ධි මාර්ගයේ යටගිය 468 පිටුවෙහි උධෘතය හා බැඳේ)

ඒ යෝගී තෙමේ ඒ සියළු රූප පරිග්‍රහ කොට

චක්‍ෂුර් ද්වාරයෙහි පැවති රූපය ශ්‍රෝත ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ.

ශ්‍රෝත ද්වාරයෙහි පැවති රූපය ඝ්‍රාණ ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ.

ඝ්‍රාණ ද්වාරයෙහි පැවති රූපය ජිව්හා ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ.

ජිව්හා ද්වාරයෙහි පැවති රූපය කාය ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ.

කාය ද්වාරයෙහි පැවති රූපය මනො ද්වාරයට නො පැමිණ එහි ම නිරුද්ධවේ.

එහෙයින් එය අනිත්‍ය යැ දුක්ඛ යැ අනාත්ම යැයි මෙසේ තිලකුණට නඟයි.

මේ පාඨයෙහි දැක්වෙන පිළිවෙලත් හුදු දේශනා පිළිවෙලක් පමණි. මෙය කටපාඩම් කොට ගෙන මේ ක්‍රමයට ම භාවනා කරත්වායි දක්වන ප්‍රතිපත්ති ක්‍රමයක්, විපස්සනා ක්‍රමයක් නො වන්නේ ම ය. හේතුව වනාහි

සෑම විට ම දකින අවස්ථාවක් සමඟ ම අතරක් නො තබා, අසන අවස්ථාවක් ඇතිවනවා ද නො වේ. බාල - පෘතග්ජනයන්, දකින අවස්ථාවේ රූපයන් අසන අවස්ථාවට පත්වන්නේය. අසන අවස්ථාව දක්වා පවතින්නේය. බැලීම සඳහා වන ප්‍රසාද රූපය හා ඇසීම සඳහා වන ප්‍රසාද රූපය එක ම ය. බලන්නා හා අසන්නා එක් කෙනා ම යැ"යි මෙලෙස කල්පනා කරයි දැඩිව ගෙන සිටී. එපමණකුදු නොවේ. දැකීමට අනතුරුවම අතරක් නොතබා ආඝ්‍රාණය ප්‍රකට විය හැක්කේය. එවන් අවස්ථාවල බාල පෘතග්ජනයන් මෙම දකින අවස්ථාවේ රූප ආඝ්‍රාණය කරන අවස්ථාවට ගමන් කරයි. එම ආඝ්‍රාණය කරන තෙක් පවතියි. ආඝ්‍රාණයට ගමන් කරයි. ඇසේ ඔපය ද නැහැයේ ඔපය ද එකක් ම ය. දැක්ම ද ආත්මය ය ආඝ්‍රාණය ද ආත්ම ය යැ එකම ආත්මය දකියි, "ආඝ්‍රාණය කරයි" යැයි හඟියි. දැඩිව ගෙන සිටියි එපමණක් නොවේ. ඉක්බිති දැකීමත් සමඟම අතරක් නො තබා රසබලන - පහස විඳින සිතන අවස්ථා ද වෙත්. බාල පෘතග්ජනයන් දැකීමට, රස බැලීම, පහස විඳීම සිතීම පවත්වයි. "දැකීම ද ආත්මය යැ. රසබැලීම, පහස විඳීම, සිතීම යන මේවාද එම එකම ආත්මය" යැයි මෙලෙස මඤ්ඤනා කරයි. දැඩිව ගෙන සිටි ඇසීමාදියත් සමඟ ම අතරක් නො තබා සිදුවන දේද ඉහත දක්වූ ක්‍රමයට ම, විවිධ ආකාරයට සිදුවිය හැකිබව, ඒ ඒ අනුව මඤ්ඤනා කිරීම්, දැඩිව ගෙන සිටීම් සම්බන්ධයෙන් ද ඉහත විවරණය අනුව වටහා ගන්න.

විපස්සනාවේදී වනාහි, නාම-රූපයන් මතුවන මතුවන ආකාරයට මෙනෙහි කොට භාවනා කරමින් බාල පෘතග්ජනයන්ගේ මඤ්ඤනා - උපාදාන-අනුශය යන මේවා දුරු කරයි. විද්වංසනය කරයි. එබැවින් එක එකක් ද්වාරයක ප්‍රකටවන දේ අතරක් නො තබා ඊලඟට මතුවන මතුවන ආකාරයට ප්‍රකට විය හැකි ද්වාර සියල්ල අනුව යමින් විස්තර ඉදිරිපත් කළ යුතුව ඇත. නමුදු එසේ සියල්ලෙන් සියල්ල විස්තර නො කර දේශනා ක්‍රමයට ම දක්වන්නක් "**දේසනාක්කම**" යැයි කියනු ලැබේ. මෙහිදී අනුගමනය කර ඇත්තේ දෙසනාකකාමයටයි. **ප්‍රතිපත්ති ක්‍රමය** මෙලෙස වටහා ගත යුතුය.

දැකීම, ඇසීම ආදිය මතුවන මතුවන ආකාරයට අත නැර මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන යෝගී හට දැකීමට අනතුරුව ඇසීම වෙයි නම්

දැකීම අවස්ථාවේ රූප, අසන අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. දකින අවස්ථාවේ ම ක්‍ෂයවී යැයි දැනගනී. එලෙසට ම දැකීමට අනතුරුව ආඝ්‍රාණයක් කරන්නේ නම්, රස බලන්නේ නම්, පහසක් ලබන්නේ නම්, සිතන්නේ නම් දකින අවස්ථාවේ රූප, ගඳ සුවඳ බලන අවස්ථාව, රස බලන, පහස ලබන, සිතන අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. දකින එම අවස්ථාවේදී ම ක්‍ෂයවී නිරුද්ධවී යැයි දැන ගනී. මෙලෙසට ම ඇසීමකට අනතුරුව එම රූප දකින අවස්ථාවක් ආඝ්‍රාණය කරන අවස්ථාවක්, රස බලන අවස්ථාවක් පහස විඳින අවස්ථාවක්, සිතන අවස්ථාවක්, තෙක් නො පවතී. එම අසන අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වේයැ" යි දැනගනී. ආඝ්‍රාණයකට පසු දැකීමක්, ඇසීමක්, රස බැලීමක්, විඳීමක්, සිතීමක් ලබන්නේ නම් ආඝ්‍රාණය අවස්ථාවේ රූප දකින අවස්ථාව, අසන අවස්ථාව, රස බලන අවස්ථාව, පහස විඳින අවස්ථාව, සිතන අවස්ථාව තෙක් නො යයි. ආඝ්‍රාණය අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වී යයි යැයි දැනගනී. "රස බැලීමකට පසු දැකීමක්, ඇසීමක් ගඳ බැලීමක්, පහස විඳීමක්, සිතීමක් දක්වා එම රූප නො යයි. රස බලන අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වේ යැ"යි දැනගනී. සිතීමක් දැනගෙන මෙනෙහි කොට බැලීමෙන් පසු දැකීමක්, ඇසීමක්, ගඳ බැලීමක් රස බැලීමක්, පහස ලැබීමක් ඇතිවී නම් සිතන අවස්ථාව දැනගෙන මෙනෙහි කරන කල එම රූප දකින, අසන, ගඳ බලන, රස බලන, විඳින, අවස්ථාවකට මාරු නො වෙයි. සිතීම දැනගෙන මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේදී ම නිරුද්ධ වේයැ යි දැනගනී. නැවත නැවතත් දකින, නැවත නැවතත් අසන අවස්ථාවන්හිදී ද ප්‍රථම දැකීම් අවස්ථාවේ රූප දෙවැනි දැකීම් අවස්ථාව දක්වා නො පවතී. දෙවැනි දැකීම් ක්‍ෂණයෙන් රූප තුන්වන දැකීම් ක්‍ෂණය තාක් නො පවතී. ප්‍රථම ඇසීම් අවස්ථාවේ රූප දෙවැනි ඇසීමේ අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. දෙවැනි ඇසීම් රූප තෙවැනි ඇසීම් අවස්ථාව තෙක් නො පවතී. ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි නිරුද්ධ වී යෙත් මීළඟ ක්‍ෂණයට නොයාම ඒ ඒ තම තමන්ගේ ක්‍ෂණයන්තුළ නිරුද්ධ වී යෙත්. යැයි ඇස්පනාපිට දැන ගන්නා බැවින් "ප්‍රකට වූ එම රූප සමූහ කෙරෙහි" අනිත්‍ය යැ, දුක්ඛ යැ, අනාත්ම යැ"යි කල්පනාවෙන් තොරව සිතා බැලීමෙන් තොරව ම හුදු මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම් පමණින් ප්‍රකටව විසදව දැක දැන වටහා ගනී. පිළිගනී.

පස්වන මනසිකාර ක්‍රමය නිමියේ යැ.

චිත්තජ සම්මසන ක්‍රමය.

චිත්ත සමුට්ඨානං සොමනස්සිත දොමනස්සිත වසෙන පාකටං හොත (වි. ම. 468) වශයෙන් සිත නිසා උපන් රූප වශයෙන් ප්‍රකට වන්නේ යැයි දක්වා ඇති ඉතා ප්‍රකට විදීම් වශයෙන් දැක්වීම් මෙලෙස වේ. සොම්නස් දොම්නස් වශයෙන් එතරම් ප්‍රකට නැති, සිටීම්, හිඳීම්, දිග හැරීම්, නැවීම් කැමති අවස්ථාවන්හි සොම්නස්-දොම්නස් දෙකින් තොර සිත් වශයෙන් ද ඇත්තේ ම ය. ප්‍රකට වන්නේ ම ය. එබැවින් යෝගී තෙම සොම්නස්-දොම්නස් සිත් එකිනෙකට පෙරළන අවස්ථාවන්හී සොම්නසින් උද්‍යොගීමත් වූත් දොම්නසින් මිලාන වූත් රූපයන් එසේ උපනුපන් ක්‍ෂණයන් හී මෙනෙහි කොට මෙලෙස වටහා ගනී. සොම්නස් සිත් අවස්ථාවේ පැවතී රූප දොම්නස් ක්‍ෂණය තෙක් නො පවතී. එසේම දොම්නස් සිත් අවස්ථාවේ පවතින රූප සොම්නස් අවස්ථාව තෙක් ගමන් නො කරයි. එම සොම්නස්-දොම්නස් ක්‍ෂණය තෙක් නොපවතී. එසේ ම දොම්නස් සිත් අවස්ථාවේ පවතින රූප සොම්නස් චිත්ත ක්‍ෂණයක් හි ම ක්‍ෂය වී යෙත්. "හිඳගැනීමට-නැඟිටීමට, නැවීමට-දිගහැරීමට කැමති කාලයන්හි ද සිතන සිත් ද එම හිඳින, සිටින, නවන, දිගහරින, රූපයන් ද ඒවා උපනුපන් ක්‍ෂණයන්හි මෙනෙහි කොට ඒ ඒ ක්‍ෂණයන් හී ක්‍ෂය වී යන බව දැනගනී. මෙලෙස චිත්ත ක්‍රියා අනුව, උපන් කාය ක්‍රියා රූපයන් අනිච්චං-දුක්ඛං-අනත්තං යැයි, සිතින් කල්පනා නො කරම මෙනෙහි කිරීම් පමණින් විසද ව ප්‍රකට ව දැනගනී. පිළිගනී.

සයවන සම්මසන ක්‍රමය නිමියේ යැ.

මෙලෙස චිත්තජ රූපයන් ත්‍රිලක්‍ෂණයන්ට නංවමින් විදර්ශනා කරන්නා වූ යෝගි හට, පහත දැක්වෙන ගාථා මගින් දැක්වෙන පරිදි සංස්කාරයන් හි මන්දායුෂ්ක බව ප්‍රකට වන්නේ යැයි විශුද්ධි මාර්ගයේ 469 පිටෙහි දැක්වේ.

ජීවිතං අත්තභාවො ච සුඛදුක්ඛා ච කෙවලා,
එකචිත්තසමායුත්තා ලහුසො වත්තතෙ ඛණො.

ජීවිතඤ්ච	=	ජීවිතය ද
අත්තභාවොච	=	ආත්ම භාව වශයෙන් සාමූහික ව ව්‍යවහාර කරන රූප-නාම සියල්ල ද

සුඛ දුක්ඛා ච = සුඛය හා දුක්ඛය ද

කෙවලා = ආත්මභාව, හෝ නිත්‍යභාව හෝ සමඟ කළවම් නො වූ ශුද්ධ ධර්ම

එක චිත්ත සමායුත්තා = එක එකක් සිතෙහි යෙදේ.

ඛණො = ජීවිතයාදීන්ගේ ක්‍ෂණය

ලහුසො = ඉතා යුහුසුළු-ක්‍ෂණික

වත්තතෙ = වෙයි

චුල්ලාසීති සහස්සානි - කප්පං තිට්ඨන්ති යෙ මරූ
නත්වෙව තෙපි තිට්ඨන්ති - ද්වීහි චිත්තෙහි සමොහිතා

යෙ මරූ = නේවසඤ්ඤානාසඤ්ඤායතනික බ්‍රහමයන් මෙන්

චුල්ලාසීති කප්පං = අසූහාරදාහක් වූ මාහා කල්පයක් පුරා

තිට්ඨන්ති = සිටිත්

තෙපි = එම බ්‍රහ්මයන් ද

ද්වීහි චිත්තෙහි සමොහිතා = සිත් දෙකකින් යුක්ත ව

වා = චිත්තක්‍ෂණ දෙකකින් යුක්ත ව

නත්වෙතව තිට්ඨන්ති = නො සිටින්නේ ම ය

(එම බ්‍රහ්මයන් ද මනුෂ්‍යයන් මෙන් චිත්තක්‍ෂණයෙන් චිත්තක්‍ෂණයට ම ජීවත්වෙමින් සිටී යැයි මින් කියැවේ. නිද්දෙස පාළියෙහි නත්වෙම තෙපි ජීවන්ති යන පාඨය දක්වේ.)

යෙ නිරුද්ධා මරන්තස්ස තිට්ඨමානස්ස වා ඉධ
සබ්බෙපි සදිසා ඛන්ධා ගතා අප්පටිසන්ධිකා

මරස්ස = මැරෙමින් සිටින සත්ත්වයන්ගේ

යෙ ඛන්ධා = යම් වූ පශ්චිම ස්කන්ධයෝ

නිරුද්ධා = බිඳීගියේ ද,

ඉධ තිට්ඨමානස්සවා = දැනට මෙම භවයෙහි හැසිරෙන්නන් ද

යෙ ඛන්ධා = දකින, අසන, නවන, දිගහරින ආදී ඒ ඒ ස්කන්ධයන්

නිරුද්ධා	=	මෙනෙහි කරන වාරයේ නිරුද්ධ වෙත්
සබ්බපි	=	සියලු
තෙඛන්ධා	=	මිය යන ජීවත් වන යන දෙතැනම නිරුද්ධ වන මෙම ස්කන්ධ වර්ග දෙක
සදිසා	=	නිරුද්ධ වීම් වශයෙන් සමානය
අප්පටිසන්ධිකා	=	නැවත පැමිණ සන්ධි නොවේ. සම්බන්ධි නොවේ
ගතා	=	සර්වප්‍රකාරයෙන් නිරුද්ධව ගියේය.

මරණයට පෙරාතුව මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරන අවස්ථාවන්හී, "මෙනෙහි කිරීමක් කිරීමක් පාසා 'ක්ෂය වී යන්නේ යැ'යි දැන ගන්නේ. දකින, අසන, නවන, දිගහරින ආදී නාම-රූපයන් මරණයේදී අවසාන වශයෙන් නිරුද්ධවන නාම-රූප සමඟ ක්ෂයවන හැටි=නිරුද්ධ වන හැටි වියෝ වන හැටි එක සමානය. කිසිදු විශේෂත්වයක් නොමැත්තේය. නැවත පැමිණ සම්බන්ධවීමක්, නැවත මතුවී ඒමක් නැතුව ම සියල්ල ම ක්ෂයවී-නිරුද්ධ වී යන්නේ ම යැයි කියනු ලැබේ.

අනන්තරාච යෙ භග්ගා යෙච භග්ගා අනාගතෙ
තදන්තරා නිරුද්ධානං වෙසමං නත්ථි ලක්ඛණෙ

යෙච	=	යම් ස්කන්ධ සමූහයක් ද
අනන්තරා	=	අතරක් නොතබා ම
භග්ගා	=	නිරුද්ධ විය
යෙච	=	යම් ස්කන්ධ සමූහයක් ද
අනාගතෙ	=	අනාගත කාලයේ
භග්ගා	=	බිඳෙන්නේ ද, නිරුද්ධ වන්නේ ද
තෙසංච	=	නිරුද්ධ වන ස්කන්ධයෝ ද
තදන්තරා නිරුද්ධානං ච	=	එම අතීත අනාගත ස්කන්ධයන්ගේ අතර කාලයේ මෙනෙහි කොට දැනගන්නා අවස්ථාව ම නිරුද්ධ වන ස්කන්ධයන් ද

ලක්ඛණෙ වෙසමං	=	නිරුද්ධවීම් ලක්‍ෂණ වශයෙන් සමානය. වෙනසක් නැත.
වා	=	නිරුද්ධවීම් ආකාරයෙන් වෙනසක් විෂමතාවක් නැත.

ගත වූ නාම-රූප, අනාගත නාම-රූප යන මේ වාගේ නිරුද්ධ වන ආකාරය, දැන් මේ මෙනෙහි කරමින් සිටින නාම-රූපයන්ගේ නිරුද්ධ වන ආකාරයට වෙනසක් නැත. සමාන වේ මැ යි. එම නිසා ම මෙනෙහි කළ යුතු නාම- රූපයන් ක්‍ෂය වන බිඳීයන ආකාරය ඇස්පනා පිට විපස්සනා කරන යෝගීහට වර්තමාන නාම-රූපයන් තුලනය කොට "පෙර ද මෙලෙස නිරුද්ධවිය. අනාගතේදී මෙලෙසට ම නිරුද්ධවනු ඇතැයි අතීතානාගත භවයන්හී නාම-රූපයන් ද විනිශ්චය කිරීමට හැකිවන්නේය.

අනිබ්බත්තෙන න ජාතො පච්චුප්පන්නෙන ජීවති
චිත්තභඞ්ගා මතො ලොකො පඤ්ඤත්ති පරමත්ථියා

අනිබ්බත්තෙන	=	අනිබ්බනෙතන = නොනිපන් සිතින්
වා	=	මතු පහළ වන්නා වූ සිතින්
න ජාතො	=	පහළ නොවේ. ජීවත් වනවා නොවේ.
පච්චුප්පන්නෙන	=	පහළ වී පවතින සිතින් ම
ජීවති	=	ජීවත් වේ.
චිත්තභඞ්ගා	=	සිතෙහි බිඳීයෑම නිසා
ලොකො	=	සත්ත්වයා
මතො	=	මිය යයි.
එවමපි	=	මෙලෙස සිත බිඳීයන වාරයක් පාසා සත්ත්වයා මිය යන නමුත්,
පඤ්ඤත්ති	=	"තිස්ස" ජීවත් වේ "ඵුසස"ජීවත් වෙයි. යනුවෙන් ව්‍යවහාර කරන සණ්ඨාන පඤ්ඤත්තිය.
පරමත්ථියා	=	මේ කථා කරන වර්තමාන සිතින් ජීවමාන වන බැවින් පරමාර්ථයන් හා සමාන බවක් පැනේ යැයි මින් කියැවේ.

මතු පහළ වන සිතක් එසේ පහළවන තෙක් ප්‍රකට නොවේ. එබැවින් සත්ත්වයා මතු පහළවන සිත් නිසා ජීවත් වනවා නො වේ. දැනට සාන්දෘෂ්ඨික වශයෙන් පවතින සිත් පමණක් ප්‍රකට යැ. එබැවින් පහළ වෙමින් පවතින සිත් වලින් පමණක් ජීවත් වෙත්. උපන් සිතත් නිරුද්ධවන අවස්ථාවේ කොතැනකවත් පවත්වනවා නොවේ. මියගිය පුද්ගලයාගේ චුති චිත්තය මෙන් පෙරළා නො පැමිණ සම්පූර්ණයෙන් වියෝවෙත් මැයි. එබැවින් එක එකක් සිතක බිඳීයන ක්‍ෂණයෙහි සත්ත්වයා මළා හා සමාන වේ. නමුත් "තිස්ස" ජීවත්වෙයි. "ඵුස්ස" ජීවත්වෙයි. යනාදී ලෙසට ව්‍යවහාර කරන සංඝ්‍යාන ප්‍රඥප්තීන් වනාහි පරමාර්ථ ස්වභාවය මෙන් වන්නේය. කෙසේද යත්, එලෙස කියන ව්‍යවහාර කරන අවස්ථාවෙහි අලුතින්, අලුතින් පහළ වන සිත් මඟින්, කියන්නාක් මෙන්ම ජීවත් වෙමින් පවතින බව සත්‍යය නිසාය. ඉදින් සිතක් නිරුද්ධ වී අලුතින් නැවතත් එකක් පහළ නොවී නම් සත්ත්වයා ඇත්තට ම මළා වන්නේය. මෙලෙස සිත් එක එකක් නිරුද්ධවී ක්‍ෂයවී යන වාරයේ මිය යා හැකි බව යෝගාවචරයා දැක දැන පිළිගනී. වටහා ගනී. එබැවින් මරණය ද, මේ චිත්තක්‍ෂණයේ මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා සිත් එක එකක බිඳීයෑම හා සමාන ම වේ. මෙලෙස ම වූ බිඳයෑමකි" යැයි තීරණයකට එළඹිය හැක්කේය.

අනිධාන ගතා භග්ගාපුඤ්ජෝසනත්‍ථි අනාගතා
නිබ්බත්තා යෙපි තිට්ඨන්ති - ආරග්ගෙ සාසපූපමා

භග්ගා	=	බිඳී යැම් ස්වභාවය
අනිධානගතා	=	කොතැනකවත් තැන්පත් ව පවතිනවා නොවේ
වා	=	ඉතිරියක් නොතබා සියල්ල අභාවයට ම යයි
අනාගතෙ	=	තවම පහළ නොවුන අනාගත කාලයෙහි
ඨිනානං	=	පිහිටන ධර්මයන්
පුඤ්ජො	=	සමූහයක්, ගොඩක්
නත්‍ථි	=	නොමැත්තේ ය
යෙපි	=	යමක් වනාහි
නිබ්බත්තා	=	පහළ වී පවතිත් ද

තෙපි	=	එය ද, එම පවතින ධර්මයෝ ද
ආරගෙග සාසූපමා	=	තියුණු ඉදිකටු තුඩක රැඳවීමට උත්සාහ කරන අබ ඇටයක් මෙන්
තිට්ඨන්ති	=	එකම ක්ෂණයක් පමණක් පවතී.

බිඳී යන ධර්ම සියල්ල කොතැනකවත් නො රැඳී සම්පූර්ණයෙන් බිඳී යයි. අනාගතයේ පහළවන ධර්මයන් ද කිසි ම තැනක සැඟවී රැස්වී සිටිනවා නො වේ. මතු ඉපදීම පිණිස සූදානම් ව, කල්තියා සූදානම්ව සිටිනවා නො වේ. පහළ වෙමින් දැන් පවතින ධර්මයන් පමණක් ප්‍රකටව පවතින්නේය. එම ධර්මයන් ද දිගු කාලාන්තරයක් නො පවතිත් "ඉතාමත් සියුම් තියුණු ඉදිකටු තුඩග අබ ඇටයක් රැඳවුවහොත් එම අබ ඇටය ක්ෂණයකින් ලිස්සා වැටෙන්නාක් මෙන්' පහළ වී ක්ෂණකින් බිඳී නිරුද්ධ වේ යැයි කියැවේ.

නිබ්බත්තානඤ්ච ධම්මානං - භඞ්ගො තෙසං පුරක්ඛතො
පලොකධම්මා තිට්ඨන්ති - පුරාණෙහි අමිස්සිතා

ච	=	නැවත ද
තෙසං නිබ්බාත්තා නං ධම්මානං	=	එම පහළ වෙමින් පවතින ධර්මයෝ
භඞ්ගො	=	බිඳීම
පුරක්ඛතො	=	පෙරටු කරගෙන
තෙ	=	එම පහළ වෙමින් පවතින ධර්මයන්
පුරාණෙහි අමිස්සිතා	=	පෙර අතීත ධර්මයන් හා කළවම් වී නැත
පලොක ධම්මා	=	බිඳෙන සුළු බව
වා	=	බිඳීමට සුදුසු බව
තිට්ඨන්ති	=	එකම ක්ෂණයක් පවතී

අදස්සනතො ආයන්ති - භග්ගා ගච්ඡන්ත්‍ය දස්සනං
විජ්ජුප්පාදොව ආකාසෙ - උප්පජ්ජන්ති වයන්ති ච

සංඛාරා	=	සංස්කාර ධර්මයන්

අදස්සනතො	=	නොදැකිය හැකි තැන
වා	=	නොදකින නොහමුවන තැනකින්
ආයන්ති	=	පැමිණේ
වා	=	මතුවේ.

(මතුවීමට පෙරාතුව කොතැනක හෝ ගොණු වී පැවතුනා නොවේ. මතුවන මතුවන තැනට හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් එම ක්‍ෂණයෙහි ම මතුවී එත්. එබැවින් නො දැකිය හැකි තැනක සිට පහළ වී යැයි කියනු ලැබේ. වෙනත් වචනයකින් දක්වතොත් පහළවීමට පෙරාතුව කිසි ම ද්‍රව්‍යයාකාරයන් නො දක්වන බැවින් දැක දැනගැනීමට නො හැක්කේය. පහළ වූ, ප්‍රකාශ වූ ක්‍ෂණයෙහි ම පමණක් ද්‍රව්‍යාකාරය-ස්වභාවය දැක දැන ගත හැක්කේය. එබැවින් දැකිය නො හැකි, හමුවිය නො හැකි තැනින් මතුවී පහළ වී එන්නේ යැයි කියලු ලැබේ.)

භගගා	=	බිඳීගිය සංස්කාරයෝ
අදස්සනං	=	නොදැකිය හැකි තැනට
වා	=	නොදැකිය, හමුවිය නොහැකි තත්ත්වයට
ගච්ඡන්ති	=	පත්වෙත්

බිඳී ගිය අවස්ථාවේදී ද කිසි තැනකට ගොස් පවතිනවා නො වේ. එම බිඳීගිය තැන ම කිසි ම ද්‍රව්‍ය ස්වභාවයක් ඉතිරි නැතිව සම්පූර්ණයෙන් ම විනාශ වීයෙත් යැයි කියැවේ)

ආකාසෙ	=	අහසෙහි
විජ්ජුප්පාදෙ ඉව	=	විදුලි අකුණු කොටන්නාක් මෙන්
උප්පජ්ජන්ති ච	=	කිසිවක් නැති මුලකින් පටන්ගෙන අභිනවයෙන් පහළවේ.
වයන්තිච	=	ඉතිරියක් කැලම නැතිව සුන්නද්දූලිවී යයි

මෙම ගාථා වෙන් විග්‍රහ කරන අන්දමට පූර්ණ ක්‍ෂණික බිඳීයෑම, විශේෂයෙන් උදයබ්බය ඤාණය බලවත් වූ තැන් පටන් විසදව දැක බලාගත හැකිවනු ඇත. ඤාණය තරුණ අවස්ථාවෙහි සිටිනා යෝගීන්ට ඉහළ ඉහළ ඤාණයන්ට පත්වූ විටකදී ම පැහැදිළිව දැක බලා ගත හැකි වනු ඇත.

නමුදු බලවත් තියුණු ඤාණය ඇතියවුන්හට මෙම සම්මසන ඤාණය මෝරණ අවස්ථාවේ පටන් ම පිරිසිදුව දනේ. සෑම යෝගාවචරයෙකුට ම සම්මසන ඤාණ අවස්ථාවේ පටන් පිරිසිදුව පැහැදිළිව දැක දැන ගත හැකිවේ යැයි යන්න පිළිගත යුතු නැත.

ධම්මතා රූප සම්මසන ක්‍රමය

වස්ත්‍ර, පැදුරු, කළ, පාත්‍ර, පොළොව, ගින්න, වාතය, දරකොට, කණු ගස්, ගල්, රත්‍රන්, රිදී ආදී බාහිර වස්තූන් කෙරෙහිදු පිහිටි ජීවිතින්ද්‍රිය හා සම්බන්ධයක් නැති බැවින් අනින්ද්‍රියබද්ධ යැයි ද ව්‍යවහාර කරන බාහිර රූප ධම්මතා රූප නම් වේ. එම රූප දකින, අසන, රස බලන, ගඳ බලන, පහස ලබන අවස්ථාවන්හී මෙනෙහි කොට දැන ගනිමින් පෙර පසු සම්බන්ධ නොවී ඇතිවීම්-නැතිවීම් දෙකින් වෙනස් වෙමින් පවත්නා කාලයෙහි "අනිච්චං-දුක්ඛං-අනත්තා යැ"යි සළකා බැලීමෙන් ද ධම්මතා රූප මත භාවනා කිරීම සිද්ධවේ. එසේම ඇස්පනාපිට මෙනෙහි කොට දැනගත් අජ්ඣත්ත-බහිද්ධ රූපයන් හා ගළපමින් දුන් අස්පනා පිට නො දකින බාහිර (බහිද්ධා) රූප සියල්ල සළකා මෙම රූප යෙන්ම ඇතිවන නැතිවන ස්වභාවයම යැ, අනිත්‍යයැ, දුකක්මයැ, පෙළීමක්මයැ, සැනසීමක් කැලට ගත්තේය. සත්ත්වයෙක් නොමැත්තේය. හුදු ධර්ම ස්වභාවයක් පමණි. යැයි පිරිසිඳ දැකගැනීම මඟින් ද ධම්මතා රූප මත භාවනාකිරීම සිද්ධ වේ.

සප්තම සම්මසන ක්‍රමය නිමියේයැ.

නාම සත්තක සම්මසන ක්‍රමය

කලාප සම්මසන ක්‍රමය, යට රූප සත්තක භාවනා ක්‍රමයෙහි දැක්වූ ලෙසට, රූප එක එකක මෙනෙහිකර බලා නිම කල, කල්හී, එම මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම ම මෙනෙහි කරනවා වශයෙන් හෝ බලනවා යැයි හෝ දැනගන්නවා යැයි හෝ වේවා නැවතත් මෙනෙහි කරමින් මෙනෙහි කරමින්" අනිච්ච, දුක්ඛ, අනත්ත'යි දැක දැන පිළිගැනීම = පරිසිඳීම, විනිශ්චය කිරීම කලාප සම්මසනය නම් වේ.

යමක සම්මසන ක්‍රමය

රූප එක එක් වර්‍ගයක් මෙනෙහි කරන කරන වාරයේ එම මෙනෙහි කරන සිත ද වරක් වරක් මෙනෙහි කරමින් අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්තයැයි දැක පිළිගැනීම - පිරිසිඳ විනිශ්චය කිරීමයි. රූප මෙනෙහි කිරීම වරක් නාම මෙනෙහි කිරීම වරක් බැගින් යුගල යුගල මෙනෙහි කිරීමයි. මෙනෙහි කරන මෙම ක්‍රමය යමක වශයෙන් සම්මසන කරන ක්‍රමයයි. මේ කලාප සහ යමක යන සම්මසන ක්‍රම දෙකෙහි වෙනස වනාහි රූපයක් මෙනෙහි කරමින් පහළවන සිත- සති, ඤාණ සමාධි, විරිය, ඵස්ස, චේතනා, වේදනා ආදීන්ගෙන් එක එකක් වශයෙන් පිරිසිඳ විසඳව නො දැක, එම මෙනෙහි කරන සිත සාමාන්‍ය ලෙසට සමස්ථයක් ලෙසට සම්මසනය කිරීම කලාප සම්මසන ක්‍රමයයි. මෙනෙහි කිරීමක් පාසා මතුවන නාම ධර්ම එක එකක් පිරිසිඳ දැක ගෙන එම එසේ ප්‍රකට වූ නාම ධර්මයට ප්‍රධාන කොට සම්මසනය කිරීම යමක සම්මසන ක්‍රමයයි. මෙම නාමසත්තක භාවනාවේදී "සිත මෙනෙහි කොට බලයි" යන කථාව වනාහි ප්‍රධාන වූ සිත ම මුල් කරගෙන දක්වන කථාවකි. එබැවින් මෙහි ලා සිත හා සම්ප්‍රයුක්තව යෙදෙන ඵස්ස, වේදනා, චේතනා, සඤ්ඤා, සති, ඤාණ, සමාධි, විරිය ආදී චෛතසිකයන් ද සම්මසනය කළ යුතුවේ. මේ බව දැක්වීමට ටීකාවෙහි **චිත්ත සීසෙන නිද්දෙසො** යැයි දක්වා ඇත.

ඛණික සම්මසන ක්‍රමය

රූප ධර්මයන් මෙනෙහි කොට නිමවූ කෙනෙහි එම මෙනෙහි කළ සිත දෙවැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි. එම මෙනෙහි කරන දෙවැනි සිත තුන්වැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි. එම තුන්වැනි සිත හතරවැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි. එම හතරවැනි සිත පස්වැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි මෙලෙස රූපයක් මෙනෙහි කරන වාරයක් වාරයක් පාසා, එසේ මෙනහි කරන හතර වතාවක් බැගින් මෙනෙහි කොට අනිත්‍යයැ දුක්ඛයැ අනාත්මයැ යි දැන ගැනීම, පිළිගැනීම = පිරිසිඳීම විනිශ්චය කිරීම ඛණික සම්මසන ක්‍රමය නම්වේ. මෙනෙහි කරමින් පහළ වන සිත ඊට පසු අතරක් නොතබා පහළවන සිතින් නැවත නැවතත් හතර වතාවක් දක්වා මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම මාර්ගයෙන් සිත් පරම්පරාව ක්ෂණමාත්‍ර බව දැක දැනගන්නේය. එබැවින් එවන් සම්මසන ක්‍රමය ඛණික සම්මසන ක්‍රමය යැයි කියනු ලැබේ.

පටිපාටි සම්මසන ක්‍රමය

රූප ධර්ම එක එකක් මෙනෙහිකර හමාරවූ කල්හි සෑම අවස්ථාවක ම එම මෙනෙහි කරන සිත දෙවැනි සිතින් නැවත මෙනෙහි කරයි. එම දෙවැනි සිත ඊළඟට පහළවන තුන්වැනි සිතින් මෙනෙහි කරයි. එම තෙවැනි " " " හතරවැනි " "

"	හතරවැනි	"	"	"	පස්වැනි	"	"
"	පස්වැනි	"	"	"	හයවැනි	"	"
"	හයවැනි	"	"	"	හත්වැනි	"	"
"	හත්වැනි	"	"	"	අටවැනි	"	"
"	අටවැනි	"	"	"	නවවැනි	"	"
"	නවවැනි	"	"	"	දසවැනි	"	"
"	දසවැනි	"	"	"	එකළොස්වැනි		"

මෙලෙස වරක් වරක් මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේ එම මෙනෙහි කළ සිත් පරම් පරාව පසුවට අතරක් නොතබා අඛණ්ඩව දස වතාවක් දස වතාවක් දිගින් දිගට මෙනෙහි කොට බලා "අනිත්‍යය, දුක්ඛය අනාත්මයැ"යි දැක දැන පිළිගැනීම් = පිරිසිඳ විනිශ්චය කිරීම් වශයෙන් යෝගිතෙම, මෙනෙහිකිරීම්= බොහෝකොට පිළිවෙල (පටිපාටි) බලන බැවින් පටිපාටි සම්මසන ක්‍රමය නම් වේ.

එවං විපස්සනා පටිපාටිය සකලමපි දිවසභාගං සම්මසිතුං වට්ටෙය්‍ය යාව දසම චිත්ත සම්මසනා පන රූප කම්මට්ඨානමපි අරූප කම්මට්ඨානමපි පගුණං හොති. තස්මා දසමෙ යෙව ඨපෙතබ්බන්ති වුත්තං [වි. ම. 471]

එවං	=	මේ දක්වන ලද ක්‍රමයෙන්
විපස්සනා පටිපාටියා	=	විපස්සනා පිළිවෙල
සකලමපි දිවසභාගං	=	මුළු දවස ම ද
සම්මසිතු	=	සම්මර්ශනය කිරීමට
වා	=	සම්මර්ශනය කොට භාවනා කිරීමට
වට්ටෙය්‍ය	=	වටී. (සමහවෙය්‍ය යනු ටීකා දැක්වීමයි)
යාව දසම චිත්තං සම්මසනා	=	දසවැනි සිත තෙක් සම්මසනය කිරීම

ආරභිය මානං	=	අරඹන ලද (ලකඛණ වනත විශේෂණයකි)
රූප කමමටඨානමපි	=	රූප ධර්ම කර්මස්ථානයෙක් ද
අරූප කමමටඨානමපි	=	නාම ධර්ම මෙනෙහි කරන කර්මස්ථානයක් ද
පගුණං	=	ප්‍රගුණ වීම
යසමා	=	යම්හෙයකින්
හොති	=	වෙයිද
තසමා	=	එබැවින්
දසමෙයෙව	=	දසවැනි සිත තෙක්
සමමසනං	=	සමමශීනය, මෙනෙහි කොට භාවනා කිරිම
ඨපෙත්ති	=	කළ යුතුයැයි
වුතතං	=	අරියාවංස කථා හී දක්වා ඇත.

(දසවෙනි සිත තෙක් මෙනෙහි කළ පසු නැවතත් මුල් රූපා රමමණයට නැවත මෙනෙහි කළයුතුය. එම රූප මෙනෙහි කරන සිතෙන් පටන්ගන දස වෙනි චිත්තය තෙක් ගමන් කළ පසු නැවතත් එම රූපය ම මෙනෙහි කළ යුතු. මෙලෙස මේ ක්‍රමයට රූපය වරක් වරක් මෙනෙහි කරමින් සිත් පෙළ දසවෙනි සිත තෙක් මෙනෙහි කළ යුතු. එකොළොස්වන සිත දක්වා මෙනෙහි කොට බැලීම වැනි වැඩි සිත් ප්‍රමාණයක් අනුව යමින් මෙනෙහි නො කළ යුතු, භාවනා නො කළ යුතු, යන්න මෙහි අදහසයි)

උපදේශයක්

මෙතැන්හිලා සළකාගත යුතු වචනයන් අටුවාචාරීන් වහන්සේලා කළාක් මෙන් දක්වන්නෙමු. එනම් මේ ක්‍රමයෙන්ලා විග්‍රහ කළ භාවනා - මෙනෙහි කිරීම් ක්‍රම සියල්ල වෙන වෙන ම විශේෂ කොට භාවනා කළ යුතු ක්‍රම යැයි දක්වනවා නොවේ. ඇත්ත වශයෙන් ම වනාහි මෙම පොතේ පස්වන පරිච්ඡෙදයෙහිලා දක්වූ පරිදි යෝගාවචරයාට පහළ වූ ප්‍රකට වූ විශේෂ ඤාණයන් හා සසඳමින් ගළපමින් සමමසනය කිරීම දැක්වීම සඳහා පමණක් ගෙන හැර දැක්වීමකි. නිර්දේශ කිරිමයි. එබැවින්

භාවනා කරගෙන යන යෝගාවචරයා පරිච්ඡේද අංක පහෙහි(05හි) දක්වා ඇති ආකාරයට මතුවී එන ප්‍රකට නාම රූප අතරින්, මතුවී මතුවී එන ආකාරයට පැහැදිළිව දැකගැනීම සළකා මෙනෙහි කරමින් භාවනා කටයුතු. රූප සත්තක, නාම සත්තක ක්‍රම අතරින් කුමන ක්‍රමයක් අනුව භාවනා කළ යුතුදැයි කල්පනා කරමින්, වික්ෂිප්ත නො විය යුතුය. මක්නිසාදයත් ආරම්භක යෝගාවචරයා එලෙස කල්පනා කරමින් තප්පර වුවහොත් එලෙස වික්ෂිප්තව ගත කරන සිත් සහ ක්‍රමය හරිද වැරදි දැයි කල්පනා කරන සිත් වරින් වර වැඩි වැඩියෙන් පහළ විය හැක්කේය. එම සිත් ද මෙනෙහි නො කරන නො දන්නා අවස්ථා බොහෝ විය හැක්කේය. මෙලෙස අත පසුවන සිත් වරින් වර අතරමැද පහළ වන බැවින් මෙනෙහි කරන භාවනා කරන විපසසනාව අඛණ්ඩව, දිගට නො වැඩේ. එබැවින් සති -සමාධි විපසසනා ඤාණයන්, බොහෝ කාලයක් භාවනා කළත්, දියුණු තියුණු නො වෙත්, විශේෂයෙන්... ආදිකම්මික යොගාවචරයා පෙර පෙර විපසසනා සිත් පසු පසු සිත් මගින් බොහෝ වාර ගණනක් දිගින් දිගට මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරමින් යන්නේ නම්, මෙනෙහිකළ යුතු එම නාම අරමුණු ක්‍රම ක්‍රමයෙන් ටිකෙන් ටික අප්‍රකටවී යන්නේය. එවිට මෙනෙහිකළ යුතු අලුත් අරමුණක් සොයමින්, බලමින් භාවනා කරනවා වන්නේය. මෙලෙස අලුතින් අරමුණු සොයමින් භාවනා කරන කරන වාරයේ භාවනා අලුතින් පටන් ගන්නවා මෙන් විය හැක්කේය. එබැවින් භාවනාව නොමේරී. නොවැඩී පැවතිය හැක්කේය මෙලෙස අලුත් වෙමින් භාවනාව එකතැන පල්වන ස්වභාවය දක්වන **තථා සති කම්මට්ඨානං නවං නවං මෙව සියා** යන මහාටීකා පාඨය හොඳින් ඇදහිය යුත්තකි. එබැවින් පරිච්ඡේද අංක පහ (05) මගින් දක්වා ඇති ආකාරයටම භාවනා වඩත්වා. කාලය මෝරා ගිය අවස්ථාවේ රූප අරමුණ වරක් වරක් මෙනෙහි කිරීම මඟින් එම මෙනෙහි කරන සිත පිළිවෙලින් වරක් දෙවරක් වේවා, ඊටත් වඩා වේවා දිගිල් දිගට මෙනෙහි කොට දැන ගැනීම ඉබේට ම මෙන් පිරිසිදුව සිදුවනු ඇත. නමුදු භංග ඤාණය පහළවන ආකාරය හුවා දක්වන පාලි අට්ඨකථා වන්හී රූප මෙනෙහි කිරිම වරක් වරක් පාසා නාම මෙනෙහි කිරීම සිදුවීම දක්වා ඇත්තේය. එබැවින් රූප වරක් වරක් බැගින් මෙනෙහි කිරීමෙන් ම මාර්ග - ඵලයන්ට පත්වන ආකාරයට විපස්සනා ඤාණ පරිපූර්ණත්වයට පත් වන්නේ

ය යන්න පිළිබඳ නම් කිසිම සැකයක් නැත. එබැවින් තදින් එය සිතට ගතයුතු. මාර්ග -ඵල ඥාණයන්ට පත්වී, තමා කැමති පරිදි ඵලයට සමවැදීමට විපසස්නා ඥාණ දක්‍ෂලෙස වශීකරගත් පුද්ගලයන් වනාහි තමා පරීක්‍ෂා කොට බැලීමට කැමති ඕනෑම විටෙක සිත් එකින් එක රිසි පරිදි මෙනෙහි කොට බැලිය හැක්කේය. එවන් දක්‍ෂ පුද්ලයන්ට විපස්සනා සිත් පරම්පරාව දසදහස් වාරයකටත් වඩා අනුව යමින් මෙනෙහි කොට බලන්නේ නමුදු වඩ වඩාත් මිහිරි වඩ වඩාත් පිරිසිදු වෙමින් පැවතිය හැක්කේය. එබැවින් මෙලෙස වශීභාවයට පත්කරගත් පුද්ගලයන්ට නම් විමසා බැලීමට කැමති විටෙක මෙනෙහි කොට බැලිය හැක්කේය. මග-ඵල ඥාණයන්ට පත්නොවුන ආදිකම්මික යෝගාවචරයාට සිත් පරම්පරාව මෙනෙහිකොට බැලිමේදී සිත් එකිනෙක වෙන් වෙන් වශයෙන් උත්සහා කළ යුතු නැත.

දිට්ඨි උග්ඝාටන සම්මසන ක්‍රමය

මම මෙනෙහි කරමින් සිටිමි යැයි කියා හෝ මෙනෙහි කිරීම මගේ කටයුත්තෙකි කියා හෝ මෙලෙස "මෙනෙහි කරන කෙනෙක් සිටින්නාක් මෙන්" කල්පනා කරන, සිතන දෘඪිග්‍රහණ නොනිමිව පවතින තාක් කල් එම යෝගාවචරයාගේ මෙනෙහි කිරීම භාවනා කිරිම "මෙලෙස සිතන කල්පනා කරන දෘෂ්ඨි" බැහැර නො කළ හැකි බැවින් දිට්ඨි උග්ඝාටන නම් නො වේ. මුල් මුල් විශුද්ධි දෙක මඟින් දෘෂ්ඨිය බැහැර කළ නමුදු මාර්ග ඥාණයෙන් ඉතිරියක් නො තබා දුරු නො කළ බැවින් මෙලෙසට දිට්ඨි පහළ විය හැක්කේය.

සියුම් දෘෂ්ඨි, විචිකිච්ඡා දුරුනොකළ බැවින්

කාමඤ්චයං දිට්ඨි විසුද්ධි කඞ්ඛාවිතරණ විසුද්ධි සමධිගමෙන විසුද්ධ දිට්ඨිකො මග්ගෙන පන අසමුග්ඝාටිතත්තා අනොළාරිකාය දිට්ඨියා වසෙනෙවං වුත්තං [මහා ටී (බු) 2/315]

අයං = සම්මසන ඥාණය සම්පූර්ණ කළ යොගාවචරයා

දිට්ඨි විසුද්ධි කඞ්ඛාවිතරණ විසුද්ධි සමමධිගමෙන = දිට්ඨි විශුද්ධි කංඛාවිතරණ විශුද්ධි ලබාසිටින බැවින්

කාමඤ්ච දිට්ඨි විසුද්ධි කො = ශුද්ධියටපත් දාෂ්ඨියෙන් සමන්වාගත බව සත්‍යය

පන = නමුදු

මග්ගෙන අසමුග්ඝාටිතත්තා = මාර්ග ඤාණයෙන් ඉතිරියක් නොතබා දුරු නොකළ බැවින්

අනොළාරිකාය දිට්ඨියා වසෙන = ඉතා සියුම් දෘෂ්ටියක් වශයෙන්

එවං = "අහං විපස්සනාමි, මම විපස්සනාති ගණ්හතො "මම විපස්සනාකරමි, මගේ විපස්සනාවැ"යි දැඩිව ගනී යන මේ කථාව

වුත්තං = කියන ලදි

(මෙම ටීකා දැක්වීම අනුවත් සම්මසන ඤාණ ආදියෙන් සම්පූර්ණ වූ යෝගාවචරයා කෙරෙහිදු සියුම් දෘෂ්ඨි පහළ විය හැකි බව වේ" යැයි පිළිගත යුතු)

අනාත්ම වූ සංස්කාර ධර්මයන් ම වනාහි අනාත්ම වූ මෙනෙහි කරන මෙනෙහි කරන වාරයේ එලෙස දැක පිළිගන්නේ නම් එම යෝගාවචරයාගේ භාවනාව "දෘෂ්ඨි උගුළුවාලීමට සමත් බැවින්" දිට්ඨි උග්ඝාටන නම් වේ. ඉතා තදින් පහළ වන අනත්තානුපස්සනාවක් ම වන්නේය.

එවං සංඛාරෙ අනත්තතො පස්සන්තස්ස දිට්ඨි සමුග්ඝාටනං නාම හොති [වි. ම. 472]

එවං = මෙලෙස

සංඛාරෙ = මෙනෙහි කළ යුතු දෙයාකාර සංස්කාර ධර්මයන්

අනත්තතො පස්සන්තස්ස = ආත්මයක් නැත. හුදු ධර්මතාවක් පමණ යැයි මෙනෙහි කොට බලන්නා වූ යෝගාවචරයාගේ

විපස්සනා = විපස්සනා කිරීම

දිට්ඨි සමුග්ඝටනං නාම	=	දිට්ඨි සමුග්ඝාටනය නම්
හොති	=	වෙයි.

යදා අනත්තානුපස්සනා තික්ඛා සූරා විසදා පවත්තති ඉතරා ද්වෙපි තදනුගතිකා. තදානෙන දිට්ඨිඋග්ඝාටනං කතං හොති [මහා ටී. (බු) 2/316]

යදා	=	යම් කලෙක
අනත්තානු පස්සනා	=	අනාත්මය අනුව බලන භාවනාව
වා	=	ආත්මයක් නැත, මමෙක් නැත යැයි මෙනෙහි කොට බලන භාවනාව
තික්ඛා සූරා විසදා	=	තියුණු සූර මෙන්ම පිරිසිදුවීම
පවත්තති	=	සිදුවී
ඉතරා ද්වෙපි	=	අනිච්චානුපස්සනා දුක්ඛානුපස්සනා යන දෙක ද
තදනුගතිකා	=	එම අනත්තානුපස්සනාව අනුව වැටේ

(ප්‍රථමයෙන් අනත්තානුපස්සනානුකූලව දැක දැන පිළිගනී. අනතුරුව අනිච්ච -දුක්ඛ යැයි සළකා බලයි යන්න මෙහි අදහසයි.)

තදා	=	අනත්තානු පස්සනාව බලවත් වූ එම අවස්ථාවෙහි
නෙ න	=	මෙම යොගාවචරයා
දිට්ඨි උග්ඝාටනං	=	දෘෂ්ඨි ගලවා ඉවත් කිරීම, උගුළුවා දැමීම
කතං	=	කරන ලද්දේ
හොති	=	වෙයි.

මාන සමුග්ඝාටන සම්මසන ක්‍රමය

"මට විපස්සනාව පුළුවන්, මට විපස්සනා හැකියාව ඇත්තේ යැ"යි තදින් ගන්නේ නම් එම යෝගාවචරයාගේ මෙනෙහි කරමින් බලන එම භාවනාව "මානයෙන් උදුම්වාගත් සිත එයින් මුදවාලිමට අස්කර ගැනීමට

නො හැකි හේතුවෙන්" මාන සමුඝාටනය සම්පූර්ණ නැතැයි කියැවේ. අනිත්‍ය වූ සංස්කාර ධර්මයන් මෙනෙහි කරමින් භාවනා කරමින් සිටින්නේ යැයි මෙනෙහි කරන කරන වාරයේ එය දැක දැන පිළිගන්නා ගතිය ඇත්තේ නම් එම යෝගාවචරයාගේ විපස්සනාව මානය අඩු කිරීමට දුරු කිරීමට හැකිවන බැවින් මාන සමුඝාටන නම් වේ. මේ වනාහි බලවත්ව පහළ වන අනිච්චානුපස්සනාවයි.

අනිච්චතො පස්සන්තස්ස මාන සමුග්ඝාටනං නාම හොති

[වි. ම. 472]

යදා පන අනිච්චානුපස්සනා තික්ඛා සූරා විසදා පවත්ති ඉතරා ද්වෙපි තදනුගතිකා, තදානෙන මාන සමුග්ඝාටනං කතං හොති

[මහා ටී. (බු) 2/316]

නිකන්ති පරියදාන සම්මසන ක්‍රමය

"හොඳින් විපස්සනාව වේ, මෙනෙහි කොට බැලීම රසවත් ද හොඳින් මෙනෙහි වේ" යැයි ආශ්වාද කරන යොගාවචරයාගේ භාවනාව "එහිම ආකර්ශනීය, මනෝඥ භාවය දුරු කළ නොහැකි බැවින් "නිකන්ති පරියදාන නම් නොවේ. අතරක් නොතබා ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් යන හුදු සංස්කාරධර්මයන් මෙනෙහි කොට දැක දැන පිළිගනී යැයි මෙනෙහි කරන කරන වාරයේ දැක පහදීනම් එම යෝගාවචරයාගේ භාවනාව නිකන්ති පරියාදාන නම්වේ. විශේෂයෙන් බලවත් වූ දුක්ඛානුපස්සනාව මැයි.

අට්ඨකථාවන්හී දක්වෙනපරිදි වනාහි සුටඨු **විපස්සනම් මනාපං විපස්සනාමි** යැයි ගතහොත් මානය පහළවේ. මානය වේ. **විපස්සිතුං සක්කොමි** යැයි ආශ්වාද කරන්නේ නම් නිකන්තිය වෙයි"යැයි සළකාගත යුතුව ඇත. මහා ටීකා වෙහිද මෙයට අනුරූපව ම විග්‍රහ කොට ඇත.

දුක්ඛතො පස්සන්තස්ස නිකන්ති පරියාදානං නාම හොති

[වි.ම. 472]

යදා පන දුක්ඛානුපස්සනා තික්ඛසූරා විසදා පවත්තති ඉතාර ද්වෙපි තදනුගතිකා තදානෙන නිකන්ති පරියාදානං කතං හොති

[මහා ටී (බු) 2/316]

නාම සන්තක ක්‍රමයද

සම්මසන ඤාණයද නිම්යේයැ 24/715

උදයබ්බය ඤාණය

යා යදත්ථි යං භූතං, තං පජහති, උපෙක්ඛං පටිලභතී"ති එවමාගතා විචිනනෙ මජ්ඣත්තභූතා උපෙක්ඛා, අයං විපස්සනූපෙක්ඛා නාම -පෙ- පඤ්ඤා එව හි සා, කිච්චවසෙන ද්විධා භින්නා යථා හි පුරිසස්ස සායං ගෙහං පවිට්ඨං සප්පං අජපද දණ්ඩං ගහෙත්වා පරියෙසමානස්ස තං ථුසකොට්ඨාසෙ නිපන්නං දිස්වා සප්පො නු ඛො නොති අවලොකෙන්තස්ස සොවත්තිකත්තයං දිස්වා නිබ්බෙමතිකස්ස සප්පො න සප්පොති විචිනෙන මජ්ඣත්තා හොති, එව මෙව යා ආරද්ධවිපස්සකස්ස විපස්සනාඤාණෙන ලක්ඛණත්තයෙ දිට්ඨෙ සංඛාරානං අනිච්චභාවාදී විචිනෙන මජ්ඣත්තා උප්පජ්ජති අයං විපස්සනූපෙක්ඛා [වි.ම. 472]

විපස්සනා උපෙක්ෂාවෙහි ස්වරූප ශක්තිය

යදත්ථි -පෙ- පටිලාභතීති	=	යැයි
එවං ආගතා	=	මෙලෙස ම. නි. උපරිපණ්ණාසකයෙහි හා අංගුත්තර නිකාය පාළියෙහි එන
විචිනනෙ	=	අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනත්ත මැනෝ යැයි විමසුම් කරන කල්හි
මජ්ඣත්තභූතා	=	මධ්‍යස්ථ ස්වභාවයට පත්වන්නා වූ
වා	=	බලවත්ව උත්සාහ නො කරන සවභාවය ඇතිව
යා උපෙක්ඛා	=	විපස්සනා ඤාණ සංඛ්‍යාත යම් උපේක්ෂාවක්
අත්ථි	=	ඇත්තේය.

අයං	=	එම උපේක්ෂාව
විපස්සනුපෙක්ඛානාම	=	විපස්සනා උපේක්ෂාව නම් වේ.
යදත්ථි	=	ආදී කොට ඇති පාළියෙහි අර්ථය වනාහි
යං	=	යම් පඤ්චස්කන්ධයක්
අත්ථි	=	පරමාර්ථ වශයෙන් ඇත්ද
යං	=	එම ස්කන්ධ පඤ්චකය
භූතං	=	හේතු ප්‍රත්‍යයෙන් පහළ වෙමින් පවතී.

(**යං අත්ථි - යං භූතං එතරහි ඛන්ධ පඤ්චකං** - උපරිපණ්ණාසා අට්ඨ කථා, **යදත්ථි යං භූතං පච්චුප්පන්නක්ඛන්ධ ඤ්චකං** - අංගුත්තරට්ඨ කථා, උපරි පණ්ණයන ටීකා **යං අත්ථි - යං ඛන්ධපඤ්චකං පරමත්ථතො අත්ථි** යැයි විවරණය කරයි).

තං	=	එම පරමාර්ථ වශයෙන් ප්‍රකටව පවතින, වර්තමාන වශයෙන් පහළ වෙමින් පවතින ස්කන්ධ පඤ්චකය
පජහති	=	දුරු කරයි
උපෙක්ඛං	=	විශේෂ ප්‍රයත්න නොකර "අනිත්‍යය, දුක්ඛයැ, අනාත්මයැ"යි ප්‍රකටව පිරිසිඳුව දැක දැන ගන්නා විපස්සනුපෙක්ඛාව
පටිලභති	=	ලබයි
		පාළි පොත්වල වනාහි
පටිලභති තං		
පජහාමිති උපෙක්ඛං	=	යැයි දක්වා ඇත්තේය.
තං	=	එම පහළවෙමින් වර්තමානව පවතින ස්කන්ධ පඤ්චකය
පජාහාමි	=	දුරු කරයි.
ඉති	=	මෙලෙස දුරු කිරීම වශයෙන්
උපෙක්ඛං	=	විපස්සනුපෙක්ඛාව

පටිලභති = ලබයි යන ලෙස අර්ථ විවරණය කරයි

තං පජහාමීති උපෙක්ඛං පටිලභතීති තං තත්ථ ඡන්දරාගප්පහානෙන පජහාමීති විපස්සනුපෙක්ඛං පටිලභති - [අං. අ.2/719]

ආරම්භක භාවනා අවස්ථාවේ, තවම ඤාණය නො මේරූ කාලයේ මතුවන මතුවන නාම-රූප, වර්තමාන ස්කන්ධ පඤ්චකය 'අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම යැයි පිරිසිඳ හොඳින් දැකිය නො හැක්කේය. එබැවින් එම ස්කන්ධයන් කෙරෙහි නිච්ච සුඛ අත්ත යැයි සළකාගෙන ආශාව, බැඳීම නම් වූ ඡන්ද, රාග තවමත් පහළ විය හැක්කේය. සම්මසන ඤාණය මුදුන්පත් වීමට තරම් ඤාණය මුහුකුරා ගිය අවස්ථාවේ විශේෂ ආයාසයකින් තොරව, හුදු මෙනෙහි කිරීමෙන් ම පමණක් මතුවන මතුවන නාම-රූප වර්තමාන පඤ්චස්කන්ධයන් "අනිත්‍යයැයි, දුක්ඛයැයි, අනාත්මයැ'යි පිරිසිදුව දැක දැනගෙන පිළිගන්නවා ඇත. එබැවින් එම පඤ්චස්කන්ධයන් කෙරෙහි "නිච්ච, සුඛ, අත්ත" යැයි සළකාගෙන කැමැත්ත, බැඳීම නම් වූ ඡන්ද රාගය පහළ විය නො හැක්කේය. මෙලෙස ඡන්දරාග පහළ නො වන ආකාරයට දැක දැන ගැනීම සිදුවන නිසා "මතුවන මතුවන ක්ෂණයෙහි නාම-රූපයන් විශේෂ ආයාසයකින් තොරව අනිත්‍යයැ දුක්ඛයැ අනාත්මයැ යි මෙනෙහි කොට දැනගනී. එම නාම රූපයන් පහළ කරවන ඡන්දරාගය ද දුරු කළා නම් වන්නේ යැයි යන්න මෙහි අදහසයි. මෙය වටහා ගැනීමට දුෂ්කර ස්ථානයකි. මහා ටීකාවෙහි දැක්වෙන "**යදත්ථි යං භූතන්ති ඛන්ධ පඤ්චකං තං මුඤ්චිතුකම්‍යතා ඤාණෙන පජහති**" යන විවරණය වනාහි උත්කෘෂ්ඨ ක්‍රමයට කරන දැක්වීමකැයි සළකා ගතයුතු. මෙලෙස සළකා ගතහොත් පමණක් උදයබ්බය ඤාණ අවස්ථාවෙහි විපස්සනුපෙක්ඛාව දක්වන විශුද්ධි මග්ගය හා සැසඳේ

සා = විපස්සනුපෙක්ඛා, සංඛාරුපෙක්ඛා යන මේ උපෙක්ෂා දෙක

පඤ්ඤා එව = ධම් වශයෙන්, පරමාර්ථ වශයෙන් ඤාණය ම වේ

කිච්ච වසෙන = ත්‍රිලක්ෂණයන් සමසමව බලන කෘත්‍යය, සංස්කාරයන් කෙරෙහි සමසමව බලන කෘත්‍යය යන ආකාරයකට

ද්විධා = දෙකකට

භින්නා = බෙදී යයි.

හි	=	විස්තර වශයෙන් බලතහොත්
සායං	=	සවස් කාලයෙහි
ගෙහං පවිට්ඨං සප්පං	=	ගෙට වැදුනු සර්පයෙක්
අජපද දණ්ඩං ගහෙත්වා		
පරියෙසමානස්ස	=	එළු කුරයකට සමාන සටහන් සහිත කෙළවරක් සහිත දණ්ඩක් අතින් ගෙන සොයා යන කල
තං	=	එම සර්පයා
ථුස කොට්ඨාසෙ නිපන්නං		
දිස්වා	=	දහයියා ගොඩක ළඟ සිටිනු දැක
සප්පො නු ඛො, හොති		
අවලොකෙන්තස්ස	=	සර්පයා ද නැද්දැයි පරීක්ෂාකර බලන්නහුට
සොවත්ථිකත්තයං දිස්වා	=	පෙනයේ ඇති ඉරි තුන දැක
නිබ්බෙමතිකස්ස	=	සර්පයා ම යැයි සැකහැර දැකගත හැකි
පුරිසස්ස	=	පුරුෂයාට
සප්පො න සප්පොති		
විචිනතො	=	සර්පයෙක්දෝ හෝයි සර්පයෙක් නොවේදෝ හෝයි විමසා බලනුයේ
මජ්ඣත්තතා	=	විශේෂ ආයාසයක් නොකර මැදහත්වන බවට
හොති යථා	=	පත්වන්නාක් සේ
එවං එව	=	මේ ක්‍රමයෙන් ම
ආරද්ධ විපස්සකස්ස	=	සම්මසන ඤාණ ක්‍රමයෙන් ආරම්භ කරන ලද විපස්සනා යොගීහට
විපස්සනාඤාණෙන	=	සම්මසන විපස්සනා ඤාණයෙන්
ලක්ඛණත්තයෙ දිට්ඨෙ	=	ලක්ෂණත්‍රය දැන දැනගත්

සංඛාරානං අනිච්චතාදි විචිනනෙ = සංස්කාරයන්ගේ අනිත්‍යතාව ආදීය විමසා බැලීම වශයෙන්

යා මජ්ඣත්තතා = යම් වූ මධ්‍යස්ථතාවක්, විශේෂ ප්‍රයත්න නො කිරිමක්

උපපජ්ජති = පහළ වේ.

අයං = මේ විශේෂ ආයාස, ප්‍රයත්න නොමැතිව දැක ගැනීම් ස්වභාවය-

විපස්සනුපෙක්ඛා = විපස්සනුපෙක්ඛාව නම් වේ.

ඇස්පනා පිට දැකිය හැකි පහළ වෙමින් පවතින නාම රූපයන් ද, එම වර්තමාන නාම-රූපයන්ගේ අනුමාන කිරීමෙන් වර්තමාන නොවන නාම -රූපයන්ද, ඇතිවීම් - නැතිවීම් සහිත අනිත්‍යය, දුක්ඛ අනාත්ම යන ලක්ෂණයන් සළකා බලා සැක රහිතව විනිශ්චය කරන්නා හට, අටුවා කථාවල දැක්වෙන පරිදි "අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම" යන්න විමසා බලන්නා වූ අමතර ප්‍රයත්නයක් නො කර, මෙනෙහි කරන කරන නාම-රූපයන් මෙනෙහි කිරීම් පමණකින් මුල සහ අග යන ඇතිවීම - නැතිවීම පිරිසිදුව දැක දැන ගන්නා විපස්සනුපෙක්ඛාව පහළ වේ. එම අවස්ථාවේ පටන් වර්තමාන නාම-රූපයන්ගේ උදය හා වය දෙක දැක දැන ගන්නා උදයබ්බය ඤාණය පහළ වේ. එම ඤාණයෙහි පහළ වීම් ආකාරය පටිසම්භිදාමග්ග පාළිය අනුව දක්වන්නෙමු.

පච්චුප්පන්නානං ධම්මානං විපරිණාමානුපස්සනෙ පඤ්ඤා උදයබ්බයානුපස්සනෙ ඤාණං [පටිසම්භිදා මග්ග 1]

පච්චුප්පන්නානං = කාරණයක් හේතුකොට පැන නඟින්නා වූ

ධම්මානං = නාම-රූප ස්වභාව ධර්මයන්

විපරිණාමානුපස්සනෙ

පඤ්ඤා = පහළ වන ක්ෂණය හා සම නොවූ වෙනස්වීම, බිඳීයෑම අනුව විපස්සනා කරන ඤාණය

උදයබ්බයානුපස්සනෙ ඤාණං = උදයබ්බයානුපස්සනා ඤාණය නම්වේ.

මෙනෙහි කරන කරන වාරයේ බුබුලු මතුවන්නාක් මෙන් පහළ වීමද හිස තෙක් පිරී එන්නාක් මෙන්ද මෙනෙහි කරන නාම-රූපයන්හි මුල -ආරම්භය මෙනෙහි කොට දූන ගන්නා සිත ඥාණයට ප්‍රකට වේ. ඉටිපන්දම් දල්ලක් වහා වහා නිවී යන්නාක් මෙන් මෙනෙහි කළ යුතු නාම -රූපයන්හි නිමාව- අවසානය ද මෙනෙහි කොට දූන ගන්නා සිත ඥාණයට ප්‍රකටවේ. මෙලෙස ප්‍රකට වූ අවස්ථාවෙහි, මෙනෙහි කරන මෙනෙහි කරන ගෝචර නාම-රූපයන්හී මුල පහළවීම සහ අග-බිඳී යෑම දූක දූන ගැනීම උදයබ්බය ඥාණය නම්වේ.

ජාතං රූපං පච්චුප්පන්නං තස්ස නිබ්බත්ති ලක්ඛණං උදයො විපරිණාම ලක්ඛණං වයො අනුපස්සනා ඤාණං [වි. ම. 104]

ජාතං රූපං	=	(උප්පාද, ඨිති භංගයට පත්වූ) පහළ වෙමින් පවතින රූප
පච්චුප්පන්නං	=	පච්චුප්පන්න නාම-රූප නම් වේ.
තස්ස	=	එම පහළවෙමින් පවතින රූපයන්හි
නිබ්බත්ති ලක්ඛණං	=	මුල පහළවීමේ ලක්ෂණය
උදයො	=	පහළ වීම නම් වේ
විපරිනාම ලක්ඛණං	=	පහළ වීමේදී පැවති තත්ත්වයෙන් ම නොපැවතී වෙනස්වන, ගෙවීයන ලක්ෂණය
වයො	=	බිඳීයෑම නම් වේ
අනුපස්සනා	=	එම පහළවීම - බිඳීයෑම දූක දැන ගැනීම
ඤාණං	=	උදයබ්බය ඥාණය නම් වේ.

සන්තති පච්චුප්පන්නෙන ඛණ පච්චුප්පන්නෙනවා ධම්මෙ උදයබ්බය දස්සනාභිනිවෙසො කාතබ්බො න අතීතානාගතෙසි වුත්තං "පච්චුපන්නානං ධම්මනන්ති"

ජානන්ති නිබ්බත්තං භාවං පටිලද්ධන්තභාවං - පෙ- පච්චුප්පන්නරූපං නාමජාතං ඛණත්තයපරියාපන්නනන්ති අත්ථො, තං පන ආදිතො

දුප්පරිග්ගහන්ති සන්තතිපච්චුප්පන්නවසෙන විපස්සනාභිනිවෙසො කාතබ්බො"
[මහා ටී (බු.) 2/415]

සන්තති පච්චුප්පන්නෙනවා ධම්මෙ	=	සන්තතිපච්චුප්පන්න ධර්ම වේවා
ඛණ පච්චුප්පන්නෙනවා ධම්මෙ	=	ඛණ පච්චුප්පන්න ධර්ම වේවා
උදයබ්බය දස්සනාභිනිවෙසො	=	ඇතිවීම් - නැතිවීම් වශයෙහි මෙනෙහි කරමින් භාවනා කිරීම
කාතබ්බො	=	කළ යුතුයි.
න අතීතානාගතෙ පටත්	=	අතීත -අනාගත ධර්මයන්ගෙන් ගෙන මෙනෙහි කොට භාවනා නො කළ යුතු
ඉති	=	එබැවින්
පච්චුප්පන්නාතං ධම්මාන්ති	=	පච්චුප්පන්න ධර්මය යැයි
වුත්තං	=	කියනු ලැබේ.
ජානන්ති	=	ජාතං යන්න
නිබ්බත්තං	=	නිපැද්ම
පටිලද්ධත්තභවං	=	ලද්දා වූ ආත්මභාවය
-පෙ- පච්චුප්පන්නරූපං නාම	=	ප්‍රත්‍යුත්පන්න රූප නම්
ජාතං	=	පහළ වෙමින් පවතින රූප
ඛණත්තය පරියාපන්නං	=	උප්පාද - ඨිති - භංග යන ක්ෂණ තුනට ඇතුළත් රූප
ඉති අත්ථො	=	මේ ජාතං රූපං පච්චුප්පන්නං යන පාඨයේ අර්ථයයි
පන	=	නමුදු
එතං	=	එම ක්ෂණ වශයෙන් ප්‍රත්‍යුත්පන්න වූ රූප

ආදිතො	=	උදයබ්බය ඤාණය ආරම්භයේදී
දුප්පරිග්ගහං	=	මෙනෙහි කොට භාවනා කිරිමට, පරිග්‍රහ කිරිමට අපහසුය.
ඉති	=	එබැවින්
සන්තති පච්චුප්පන්න වසෙන	=	සන්තති ප්‍රත්‍යුත්පන්න වශයෙන්
විපස්සනාභිනිවෙසො	=	විපස්සනා කර්මස්ථානයේ මුල තබා මෙනෙහි කිරීම
කාතබ්බො	=	කළ යුතු

මෙම ටීකා දැක්වීමට අනුව **ජාතං රූපං පච්චුප්පන්නං** යනාදී පාළිය මගින් හුවා දක්වන ලද ප්‍රත්‍යුත්පන්න ධර්ම යන්න උත්පාද, ස්ථිති, භංග යන අවස්ථාවට පත්වී ඇති ඛණ පච්චුපන්නයයි. අද්ධා පච්චුප්පන්න සන්තති පච්චුප්පන්න ධර්ම නොවේ යැයි දතයුතු වේ. මේ ආකාරයට උදයබ්බය ඤාණ පටන්ගන්නා අවස්ථාවේ සන්තති පච්චුප්පන්න ධර්මයෙහි ඇතිවීම නැතිවීම පමණක් දත හැක්කේය. එම අවස්ථාවේ පටන් තරුණ උදයබ්බය ඤාණය පහළවේ. උදයබ්බය ඤාණය මුහුකුරා ගිය කළ ඛණ පච්චුප්පන්න ධර්මයේ ඇතිවීම නැතිවීම දැක, දැනගැනීම පහළවී යැයි ද දතයුතු.

සන්තති පච්චුප්පන්න සහ ඛණ පච්චුප්පන්න ජාතං රූපං පච්චුප්පන්නං" ආදීයෙහි අදහස වනාහි පිම්බන රූප-හැකිලෙන රූප, හිඳින රූප, සිටින රූප, යවන රූප, නවන රූප, දිගහරින රූප ආදී කායික ඉරියව් සියල්ල, උපදින, ක්‍රියා කරන, විද්‍යාමාන ක්ෂණය ප්‍රත්‍යුත්පන්න වන්නේය. එම රූපයන්හි මුල නම් වූ පහළ වීම=උදය නම්වේ. අග නම් වූ බිඳීයාම=වය නම් වේ. එක එකක් පිම්බීමක්, හැකිලීමක්, හිඳීමක්, සිටීමක්, යැවීමක්, නැවීමක්, දිගහැරීමක්, සෙලවීමක්, ඉදිරියට යැවීමක්, කිරිමක් මුල =ඇතිවීමේ එක වාරයක් අග=බිඳීයෑම් එකවාරයක් බැගින් පිරිසිඳ දැක දැන ගැනීම **සන්තති පච්චුප්පන්න** රූපයන්හි ඇතිවීම- නැතිවීම දැක දැන ගැනීම පටන්ගන්නා උදයබ්බය ඤාණය නම්වේ. මෙපමණක් ම දැනගැනීමෙන් පමණක් පිම්බීම වරක්, හැකිලීම වරක්, හිඳීම වරක්, නැවීම වරක්, දිග හැරිම වරක්, වම යැවීම වරක්, දකුණ යැවීම යනාදී ලෙසට වෙන් වෙන්ව පුරුක්,

පුරුක් වශයෙන් හොඳින් බෙදී ප්‍රකටවන බැවින් ම "එක එකක් කායික ඉරියව්වක් වෙනත් ඉරියව්වක් තෙක් නොපැමිණ ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි මතු වෙමින් මතුවෙමින් බිඳී බිඳී යෙත්" යැයි මෙනෙහි කොට බැලීමෙන් ම වෙනත් කල්පනා කිරීම් වලින් තොරව ම පිරිසිදුව දැක දැන වටහාගනී.

උදයබ්බය ඤාණය බලවත් වූ කල්හි වනාහි වරක් වරක් හුස්ම ගන්නා අවස්ථාවේ එක පිම්බීම් අවස්ථාවක් තුළ කුඩා පිම්බීම් රාශියක් සිදුවන්නාක් මෙන් ප්‍රකට වේ. එම කුඩා පිම්බීම් රාශියක් සිදුවන්නාක් මෙන් ප්‍රකටවේ. එම කුඩා පිම්බීමක් ද බිංදු තිසා වහා වහා පැන නගින දිය බුබුලු ක්‍ෂණයකින් බිඳී යන්නා සේ, එක චලනයකින් තවත් එක චලනයක් ඊලඟ චලනය තෙක් නොයා ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහි වහා වහා පැන නැඟෙමින්, බිඳී දුරුවී යන්නේ යැයි ප්‍රකට වේ. එක එකක් හැකිලීම්, හිඳීම්, යැවීම්, නැවීම් ,දිගහැරීම් චලනය කිරීම්, කටයුතු කිරීම් ද මෙලෙසට ම කුඩා කුඩා ක්‍රියාකාරකම් විශාල රාශියක් මෙන් ක්‍රියාවලියක් මෙන් කැඩී කැඩී ප්‍රකට වේ. එම අවස්ථාවෙහි ඇතිවීම්-නැතිවීම් රාශියක් අඛණ්ඩව සිදුවන කායික ක්‍රියාවක මුල පටන් ගැන්ම, අග බිඳීයෑම, හිතාමතා ගැනීමකින් තොරව හුදු මෙනෙහි කොට බැලීමෙන් ම පමණක් පිරිසිදුව දැක දැන ගැනීම පාළි භාෂාවෙහි **ඛණ පච්චුපන්න**, රූපයන්හි උදයබ්බය දැක දැන ගන්නා බලව උදයබ්බය ඤාණය නම් වේ. දකින දකින වාරයේ අසන අසන වාරයේ යන තන්හිදු දකින වර්ණ රූපය, අසන ශබ්ද රූපය ආදියද ඇසේ ඔපය කණේ ඔපය ආදියද ඒ ඒ ක්‍ෂණයෙහිම වහ වහා පැන නැගී බිඳි බිඳි යන්නේ යැයි දැනගනී. මෙම **ඛණ පච්චුප්පන්නය** පිරිසිඳීම සඳහා ඉතා සීඝ්‍රයෙන් නම් වශයෙන් කියමින් මෙනෙහි කරන්නට ගිය හොත්, පහළ වන තාක් බිඳීයන තාක් රූප ලුහුබැඳ යා නො හැකි ආකාරයෙක් විය හැක්කේය. හුදු දැනගැනීම් මාත්‍රයෙන් ලුහුබැඳ යමින් භාවනා කළහොත් සියල්ල පිරිසිඳමින් පහසුවෙන් මනසිකාරය පැවැත්විය හැකි වන්නේය.

ජාතා වේදනා පච්චුප්පන්නා, ජාතා සඤ්ඤා පච්චුප්පන්නා ජාතා සංඛාරා පච්චුප්පන්නා, ජාතං විඤ්ඤාණං පච්චුප්පන්නං තස්ස නිබ්බත්ති ලක්ඛණං උදයො, විපරිණාම ලක්ඛණං වයො අනුපස්සනා ඤාණං

[පටි. ම. 104]

ජාතා වෙදනා	=	වර්තමාන විඳීම්
පච්චුප්පන්නා	=	පච්චුපන්න නම්වේ. ප්‍රත්‍යුත්පන්න වෙයි
ජාතා සඤ්ඤා	=	වර්තමාන හැඟීම්
පච්චුප්පන්නා	=	ප්‍රත්‍යුත්පන්න වෙයි
ජාතා සංඛාරා	=	වර්තමාන සංස්කාර
පච්චුප්පන්නා	=	ප්‍රත්‍යුත්පන්න වෙයි
ජාතං විඤ්ඤාණං	=	වර්තමාන සිත
පච්චුප්පන්නං	=	පත්‍යුත්පන්න වෙයි.
තස්ස	=	එම පත්‍යුත්පන්න සිතෙහි
නිබ්බත්ති ලක්ඛණං	=	මුල, පහළවීම් ලක්‍ෂණය
උදයො	=	හට ගැනීම නම් වේ.
විපරිනාම ලක්ඛණං	=	මුල හා සමාන නොවී විකෘතියට යන බිඳීයන ලක්‍ෂණය
වායො	=	වියෝවීම නම් වේ.
අනුපස්සනා	=	මෙම හටගැනීම වියෝවීම දැක දැන ගැනීම
ඤාණං	=	උදයබ්බය ඤාණය නම්වේ.

දක්නා වූ, අසන්නා වූ, ආඝ්‍රාණය කරන්නා වූ, රස බලන්නා වූ, පහසක් ලබන්නා වූ, සිතන්නා වූ, මෙනෙහි කිරීමක් කරන්නා වූ, වාරයක් පාසා ලබන අත්දැකීම් ප්‍රත්‍යුත්පන්න වේදනා නම් වේ. මෙනෙහි කිරීම ප්‍රත්‍යුත්පන්න සඤ්ඤාවයි. අරමුණ දැන ගැනීම අරමුණු කිරීම සිදු කරන සිත ප්‍රත්‍යුත්පන්න විඤ්ඤාණයයි. ඉතිරි නාම ධර්ම සියල්ල ප්‍රත්‍යුත්පන්න සංස්කාර සමූහයයි. දැකීම, ඇසීම ආදී කෘත්‍යයන් නිමාව තෙක් පවත්වන්නා වූ ප්‍රයත්න කරන්නා වූ ධර්ම යැයි කිව හැක්කේය. එම සංස්කාරයන් "අරමුණ වෙතට සිත යනු පිණිස මෙන්ද සිත වෙතට අරමුණ ළඟාවනු පිණිස මෙන්ද" අරමුණ හා සිත ගැටීම නම් වූ ඵස්සය, අරමුණ වෙතට වේගයෙන් ධාවනය කරන්නාක් මෙන්ද, බලව, අසව, චින්දනය කරව ආදී වශයෙන් සිතන්නා සේද, අරමුණ හා සිත සම්බන්ධ කරවන චේතනා,

සිතීම නම් වූ **විතක්කය**, කල්පනා කිරීම, සළකා බැලීම නම් වූ **විචාරය** පිනායන ගතිය නම් වූ **පීති**, සංසිඳුවීම නම් වූ **පසද්ධියද** අදහන පහදින **සද්ධාවද** සිහිය නම්වූ **සතිය**, භාවනා ප්‍රයත්නය කරන **විරිය**, එකාග්‍ර බව **සමාධි**, දැනීම **පඤ්ඤා**, අසාව කැමැත්ත **ලෝභ**, සිතේ තරහව **දොස**, නාම රූපයන් ම සෝභන යැයි ආදී ලෙස වරදවා වටහා ගන්නා **මෝහ**, යුගග්‍රාහය නම් වූ **මානය**, ඇවිස්සුනු ගතිය **උද්ධච්ච**, නාම - රූපයන් සත්ත්වයෙකු ලෙස සළකන **දිට්ඨි**, සැක මුසු ගතිය **විචිකිච්ඡා** යනාදී ධර්ම පමණි. වෙන් වශයෙන් වන මෙම නාම ස්කන්ධයන්ගේ මුල - පහළ වීම උදයයි. අග බිඳීයෑම වයයි. දකින අවස්ථාව ආදියෙහි මෙනෙහි කොට බලා මෙම නාමස්කන්ධයන් හි ඇතිවීම් නැතිවීම්- සන්තතියක් ලෙස හෝ වේවා, ක්ෂණ වශයෙන් හෝ වේවා, වෙන් වෙන් වශයෙන් දැක දැන ගැනීම උදයබ්බය ඤාණ නම් වේ .

සන්තති වශයෙන් පිරිසිඳ දැනීම

වෙහෙස ඇතිවී පසුව හරි බරි ගැසීමෙන් හිඳීමේ සුවයක් ලබයි. සුවසේ හිඳගෙන සිටින්නේ නමුත් ටිකකට පසු නැවත වෙහෙස ඇතිවේ. වේදනා හෝ, කැසීම් හෝ නැවත ඇතිවේ. මෙලෙස මතුවන වෙහෙස මුල පටන් වෙනස් කරන තැන දක්වා වෙහෙස කර තත්ත්වය නැවත නැවත බොහෝ වතාවක් උපදින නමුත් උදයබ්බය ඤාණය තරුණ අවස්ථාවේදී එම වෙහෙසකර බවේ නැවතත් පහළ වීම වෙන් වෙන් වශයෙන් දැන ගත නො හැක්කේය. එකම ස්වභාවයකින් දකින නිසා එකම වෙහෙස යැයි සිතාගෙන සිටී. මෙලෙස එකක් ලෙස සමාන ස්වභාවයෙන් වෙහෙස දිගට පැවැත්ම ප්‍රත්‍යුත්පන්න වේදනා නම් වේ. මෙලෙසට ම මුල සිට අග දක්වා ම එක ම යැයි සිතා ගන්නා ස්වභාවයේ පැවැත්ම, ඉඳීමේ පහසුව, උෂ්ණ, වේදනා, කැසීම් යන මේවායේ පැවත්ම ද සන්තති ප්‍රත්‍යුත්පන්න වේදනා නම් වේ. මෙලෙස තරුණ උදයබ්බය ඤාණ ආරම්භයේ වෙහෙස එකක්, වෙනස් කොට වාඩිවී පහසු වීම එකක්, නැවත වෙහෙස බව උෂ්ණ වේදනා කැසීම් යන මේවා එකක් යන ලෙසම දුක්ඛ- සුඛ වේදනාවන් කොටස් -කොටස් -පුරුක් -පුරුක් කොට දැක දැන වටහා ගනී. මෙලෙස එක එකක් වශයෙන් වර්ණ රූප-ශබ්ද යනාදිය

මෙනෙහි කරගෙන යෑම සන්තති ප්‍රත්‍යුත්පන්න සංඥා දැන ගැනීමේ ක්‍රියා පිළිවෙල සනතති ප්‍රත්‍යුත්පන්න සංඥා නම් වේ. එකක් එකක් වූ වර්ණ රූප - ශබ්ද ආදී අරමුණු දැන ගැනීමේ ක්‍රියා පිළිවෙල සන්තති ප්‍රත්‍යුත්පන්න විඥ්ඥාණ නම් වේ. එක එකක් ඉරියව්, ක්‍රියාකාරකම්, කරන උත්සාහ කරන වැඩ පිළිවෙල සන්තති ප්‍රත්‍යුත්පන්න සංස්කාර නම් වේ. මෙම සංඥා, සංස්කාර, විඥ්ඥාණ යන මේවා ද ඊට අසමාන සංඥා, සංස්කාර, විඤ්ඤාණ වලට පෙරළන වාරයක් පාසා "පෙර පර ස්වභාවයන් එකකි. පසු පසු ස්වභාවයන් වෙනස් එකකි" යැයි බෙදා වෙන් කර දැක දැන ගනී.

ක්ෂණ වශයෙන් පිරිසිඳ දැනීම

එකම ප්‍රවාහයක් ලෙස දිගට පහළ වන වෙහෙසකර ගතියක් තුළම ප්‍රථම අවස්ථාවේ වෙහෙස එකකි. දෙවැනි අවස්ථාවේ වෙහෙස තව එකකි. තුන් වැනි අවස්ථාවේ වෙහෙස තව එකකි. යන ලෙසට වහා වහා පහළ වී බිඳී යන්නාවූ වෙහෙස අවස්ථාවන් සියල්ල සමූහය මතුවන තුනිවන අවස්ථාවක් පාසා වෙන වෙන ම පිරිසිඳ දැක දැන වටහාගනී. වෙහෙසකර ඉරියව්ව මාරුකර පහසුවක් ඇතිවීමේදීද දැක්වූ ක්‍රමයටම බලයි. තවදුරටත් වර්ණ රූපයක් දැන මෙනෙහි කරන අවස්ථාවේදී ප්‍රථම මෙනෙහි කිරිම එකකි, දෙවැනි මෙනෙහි කිරීම තව එකකි, යන ලෙසට වෙන් වෙන් වශයෙන් පිරිසිඳ දැනගනී. ක්‍රියාකාරකම් ගැන සිතා ඒ අනුව කටයුතු කිරිමේදී ප්‍රථම සිතීම හා ක්‍රියාවත් වීම එකකි. දෙවැනි සිතීම හා අනුව ක්‍රියාවත් වීම තව එකකි. යන ලෙසට වෙන් වෙන් වශයෙන් පිරිසිඳ දැනගනී. මෙලෙසට දේශනා පාලියට අනුව නාම ධර්මයන් ක්ෂණ වශයෙන් බෙදා වෙන්කොට දත හැකිවන ලෙසට සවිස්තර ව දකින අවස්ථාවේ නාම වශයෙන්, 'නාම' කියා මෙනෙහි කිරිමට ගියහොත් සෑම මතුවීමක් පාසා සෑම තුනී වීමක් පාසා අනුව යමින් මෙනෙහි කරගත නො හැකි තරම් වනු ඇත. වේගයෙන් පෙරළෙන සක රෝදයක් මෙන් ඉතාමත් යුහුසුළුව ඇතිවෙමින් නැතිවී යන නාම - රූප ධර්මයන් දැනගැනීම් පමණකින් එම ප්‍රවාහය සම්පූර්ණයෙන් ලුහුබැඳ මනසිකාරය පැවැත්වීම යෝගාවචරයාට හැකිවනු ඇත.

පටිසම්භිදා මගග පාලියෙහි ද්වාර හය විඤ්ඤාණ හය ඵස්ස හය වේදනා හය, යන මේවාද **"ජාතං චක්ඛු පච්චුප්පන්නං, ජාතං සොතං**

පච්චුප්පන්නං" ආදී වශයෙන් වෙන වෙනම කොටස් කොට සවිස්තරව දේශනා කොට ඇත. ග්‍රන්ථය අනවශ්‍ය ලෙස විශාල වීම වැළැක්වීමේ අදහසින් එම විස්තර මෙහි ඇතුළත් නො කරනු ලැබේ.

දක්වන්නට යෙදුණු ක්‍රමයෙන් ක්ෂණ ප්‍රත්‍යුත්පන්න වූ පහළ වෙමින් පවතින නාම-රූප මතුවන මතුවන වාරයේ නැතිවන වාරයේ අනුව යමින් දැන ගන්නා යෝගාවචරයා මෙලෙසට ද විනිශ්චයකට එළඹෙනු ඇත: එනම් දැන් මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා ඇති වෙන -නැතිවෙන නාම රූප පහළ වීමට පෙරාතුව වනාහි කොතැනක හෝ රැස්වී තිබුනා නොවේ. පහළවූ අවස්ථාවේ ද වෙනත් තැනකට මාරුවී ගියා නොවේ. බිඳී ගිය අවස්ථාවේදී ද වෙනත් තැනකට ගොස් රැස්වී තිබෙනවා නොවේ. ඇත්ත වශයෙන් ම ඒවාට අදාළ හේතු නිසා මෙතැන ම පහළ වී මෙහි ම සම්පූර්ණයෙන් බිඳී විනාශ වී යෙත් යැයි මෙලෙස නිගමනයකට එළඹිය හැක්කේය. ප්‍රතිපක්ෂ උපමාවක් වශයෙන් මෙම ඥාණ මට්ටමට පත්වීමට පෙරාතුව "නවන අත නැවීමට පෙරාතුව ද තිබුණේයැයි ද, නවන අවස්ථාවේදී එම තිබුණු අත වෙනස් වී ආයේ යැයි ද, නැවීම නිමාවෙහි දී එම නැවුනු අත එතැනට පත්වී යැයි ද, නැවුනු තැන නැමුණු ලෙස ම පවතින්නේ යැයි ද, අතිවීම්-නැතිවීම් වලින් තොරව සථිර භාවයකින් යුක්තව නිත්‍ය භාවයකින් යුක්තව පවතින්නේ යැයි හඟියි. දැන් වනාහි මෙවන් වැරදි හැඟීම් තැත්තේ යැයි කියනු ලැබේ. පිම්බීම, හැකිලීම, හිඳීම, පය එසවීම, යැවීම, තැබීම දැකීම ආදීයෙහි ද මෙලෙසට ම ප්‍රතිපක්ෂ උපමාවක් විස්තර කළ ආකාරය අනුව ගළපා තේරුම් ගනිත්වා. මේ වටහා ගැනීම උදයබ්බය ඥාණ මට්ටමේදී ඉතාමත් ම වැදගත් කාරණයයි.

දක්වන්නට යෙදුනු පාලි-සිංහල තේරුම් පමණින් උදයබ්බය ඥාණය සම්පූර්ණ කරගැනීමට ප්‍රමාණවත්ය. මතු දැක්වෙන්නේ එම සම්පූර්ණ කරගත් උදයබ්බය ඥාණය පහළ වන ක්‍රමය විනිශ්චය කිරිමට අදාළ පාලි හා සිංහල තේරුම් නො වේ. වැලික් එම ඥාණයේ බල මහිමය හුවා දක්වන විස්තරයන් ය.

උදයබ්බය ඥාණයේ මහිමය

පඤ්චන්නං ඛන්ධානං උදයං පස්සන්තො පඤ්චවීසති ලක්ඛණානි පස්සති වයං පස්සන්තො පඤ්චවීසති ලක්ඛණානි පස්සති. උදයවයං පස්සන්තො පණ්ණාස ලක්ඛණානි පස්සති [ප. ම. 104]

පඤ්චන්නං ඛන්ධානං = පඤ්චස්කන්ධයන්ගේ

උදයං පස්සන්තො = පහළ වීම දක්නා යොගාවචරයා

වා = පහළවීම දක්නේ නම්

පඤ්ච වීසති ලක්ඛණානි පස්සති = විසි පහක් වූ ලක්ෂණයන් දකියි

වයං පස්සන්තො = වියෝවීම දක්නා වූ යොගාවචරයා

වා = වියෝවීම දක්නේ නම්

පඤ්ච වීසති ලක්ඛණානි පස්සති = විසි පහක් වූ ලක්ෂණයන් දකියි

උදය වයං පසසනෙතා = පහළවීම-වියෝවීම දක්නා යෝගාවචරයා

වා = පහළවීම-වියෝවීම දැකීමෙන්

පණ්ණාස ලක්ඛණානි පස්සති = පණසක් වූ ලක්ෂණයන් දකියි.

අවිජ්ජා සමුදයා රූප සමුදයෙනාති පච්චය සමුදයට්ඨෙන උදයං පස්සති තණ්හා සමුදයා කම්මසමුදයා ආහාර සමුදයා රූප සමුදයොති පච්චය සමුදයට්ඨෙන රූපක්ඛස්ස උදයං පස්සති නිබ්බත්ති ලක්ඛණං පස්සනොති රූපක්ඛන්ධස්ස උදයං පස්සති. රූපක්ඛන්ධස්ස උදයං පස්සන්තො ඉමානි පඤ්ච ලක්ඛණානි පස්සති [ප. ම. 104]

අවිජ්ජා සමුදයා = අවිද්‍යාව ඇතිනිසා (අවිද්‍යාවේ ඉපැද්ම ඇති බව මෙහි අර්ථයි. මහා ටීකා විවරණයයි)

රූප සමුදයොනති = රූප ස්කන්ධයන්ගේ පහළවීම වේ යැයි

වා = රූප පහළවීම වේ යැයි

පච්චය සමුදයට්ඨෙන = හේතු ප්‍රත්‍යය ඇති බැවින් (ප්‍රත්‍යයාගේ උපදින්නාවූ ස්වභාව ඇති බව නිසා - මහා ටීකා)

රූපක්ඛන්ධස්ස උදයං = රූපස්කන්ධයන්ගේ හටගැනීම

පස්සති = දැක දැන පිළිගනී. වටහා ගනී

තණ්හා සමුදයා	=	තණ්හාව ඇති නිසා
කම්ම සමුදයා	=	කර්මය ඇති නිසා
ආහාර සමුදයා	=	කෑ යුතු ආහාර ඇති නිසා
රූප සමුදයෙයැයි	=	රූපයන්ගේ ඇතිවීම වෙයි යැයි
පච්චය සමුදයට්ඨේන	=	හේතු ප්‍රත්‍යය ඇති බැවින්
රූප ඛන්ධස්ස උදයං	=	රූප ස්කන්ධයාගේ හටගැනීම
පස්සති	=	දැක දැන පිළිගනී
නිබ්බත්ති ලක්ඛණං	=	නිපැද්ම ලක්ෂණය
පස්සන්තොපි	=	පහළ වන වාරයෙහි දැකීම ඇතිව
රූපක්ඛන්ධස්ස උදයං	=	රූපස්කන්ධයනගේ හට ගැනීම
පස්සති	=	දැක දැන ගනී
රූපක්ඛන්ධස්ස උදයං	=	රූපස්කන්ධයාගේ හටගැනීම
පස්සන්තො	=	දක්නා යෝගාවචරයා
ඉමානි පඤ්ච ලක්ඛණාන	=	මෙම ලක්ෂණ පස
පස්සති	=	දකී

ලක්ෂණ පස නම්

පෙර භවයෙහි කර්ම රැස්කරන අවස්ථාවෙහි පැවති අවිද්‍යාව එකකි. පෙර තණ්හාව තිබීම එකකි. පෙර කර්ම තිබීම එකකි. මෙම භවයෙහිදී ගත් ආහාර තිබීම එකකි. මෙනෙහි කරමින් පවතින ප්‍රත්‍යුත්පන්න රූප තිබීම එකකි. මෙලෙස ලක්ෂණ පහකි.

අවිජ්ජා නිරොධා රූප නිරොධොති පච්චය නිරොධට්ඨේන රූපක්ඛන්ධස්ස වයං පස්සති තණ්හා නිරොධා කම්මනිරොධා ආහාර නිරොධා රූප නිරොධට්ඨේන රූපක්ඛන්ධස්ස වයං පස්සති විපරිනාම ලක්ඛණං පස්සන්තොපි රූපක්ඛන්ධස්ස වයං පස්සති රූපක්ඛන්ධස්ස වයං පස්සන්තො ඉමානි පඤ්ච ලක්ඛණානි පස්සති [පටි. ම. 104]

අවිජ්ජා නිරොධො	=	අවිද්‍යාවේ නිරුද්ධවීම - පහළ නොවීම
	=	දුරුවීම නිසා

රූප නිරොධොති = රූප නිරුද්ධවීම, පහළනොවීම, දුරුවීම වෙයි

වා = රූප මතු පහළනොවේ යැයි

පච්චය නිරොධටෙඨන = හේතු නිරොධයෙන්, පහළ නොවීමෙන් දුරුවීමෙන්

රූපක්ඛන්ධස්ස වයං = රූපස්කන්ධයාගේ වියෝවීම, නැති බව, දුරුවීම

පස්සති = දැක දැන වටහා ගනී

(අග්ග මග්ග ඤාණෙන අවිජ්ජාය අනුප්පාද නිරොධතො අනාගතස්ස රූපස්ස අනුප්පාද නිරොධො හොති යන මහා ටීකා දැක්වීමට අනුව නිරෝධය= නිරුද්ධ වීම =අනුප්පාද= මතු පහළ නොවීම වය, වියෝවීම අභාව නැති වීම යන මේ වචන සියල්ල මෙම පසුබිමට සාපේක්ෂව සමාන අර්ථ දනවයි. නැවත මතු නොවීම නැති බව ම ප්‍රකට කරයි. පහළ වීමෙන් පසු බිඳී යෑම කැඩී යෑම වනාහී මෙයින් අදහස් නො කරයි)

තණ්හා නිරොධා = තණ්හා නිරුද්ධ වීම නිසා

කම්ම නිරොධා = කර්ම නිරුද්ධ වීම නිසා

ආහාර නිරොධා = ආහාර නොමැති වීම නිසා

වා = ආහාර නොමැති වූ
(පවත්ති පච්චයස්ස කබළීකාරාහාරස්ස අභාවො ම. ටී.)

රූපක්ඛන්ධස්ස වයං = රූප ස්කන්ධයාගේ වියොව, නැතිබව, අභාවය

පස්සති = දැක දැන වටහා ගනී

විපරිණාම ලක්ඛණං = මුලදී නොතිබූ අකාරයකට පෙරළීම, වෙනස්වීම ලක්ෂණය

පස්සන්තොපි = දැක දැන ගනී

(මෙම අවසාන වියෝවීම ලක්ෂණය වනාහී පහළ වූ ධර්මයන්ගේ බිඳීයැම, කැඩී යෑම නම් වන භංග ලක්ෂණය ම යි)

රූපක්ඛන්ධස්ස වයං	=	රූප ස්කන්ධයාගේ වියෝවීම නැති බව
පස්සන්තො	=	දකින යෝගාවචරයා
ඉමානි පඤ්ච ලක්ඛණානි	=	මෙම ලක්‍ෂණ පස
පස්සති	=	දකී

ලක්‍ෂණ පහ යනු

අර්හත් මාර්ගයෙන් දුරු කළ හේතුක අවිද්‍යාව නිරොධ වීම එකකි. තණ්හාව නිමවීම එකකි. කර්මය නිමවීම එකකි. ගත්තා ලද ආහාර නොමැති බව එකකි. මෙනෙහි කොට බලන වර්තමාන රූප නිරොධ වීම එකකි. මෙලෙස ලක්‍ෂණ පහකි.

නාම ස්කන්ධ හතර සම්බන්ධයෙන්ද මෙම රූප ස්කන්ධය සම්බන්ධයෙන් දක්වූ ලෙසටම උදය ලක්‍ෂණ පහ පහ බැගින් වය ලක්‍ෂණ පහ පහ බැගින් දේශනා කොට ඇත. විශේෂ වශයෙන් වෙදනා සහ සඤ්ඤා, සංඛාරා යන ස්කන්ධයන්හි හතරවැනි ලක්‍ෂණය ඵස්ස සමුදයා ඵස්ස නිරොධා යන ලෙසටද, විඤ්ඤාණ ස්කන්ධයෙහි එය නාම-රූප සමුදයා නාම-රූප නිරොධා යන ලෙසටද දේශනා කොට තිබීම දත යුතුය.

මෙලෙස ස්කන්ධ එක එකකට උදය ලක්‍ෂණයන් පහ බැගින්, වය ලක්‍ෂණ පහ බැගින් යන ක්‍රමයට සියල්ල ලක්‍ෂණ දහය බැගින් වේ. ස්කන්ධ පඤ්චකයෙහි ම උදය ලක්‍ෂණ විසිපහකි, වය ලක්‍ෂණ විසි පහකි. සියල්ල ලක්‍ෂණ පණහකි, මෙම පණහ තුළ නිබ්බත්තිලක්ඛණ පහ වර්තමාන ස්කන්ධ පහක් පහළවීම නම් වන උත්පාදයයි. විපරිණාම ලක්ඛණ පහ බිඳෙමින් පවතින ස්කන්ධ පහක භංගයයි එබැවින් මෙම නිබ්බත්ති ලක්ඛණ විපරිනාම ලක්ඛණ යන මේවා මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීමෙන් පමණක් ඇස්පනා පිට දැකිය හැක්කේය. ඉතිරි හේතු ලක්‍ෂණයන් වනාහි අතීත කාලයෙහි වේවා මෙනෙහි කරන අතර වාරයේ හෝ වේවා, තමන් කැමති පරිදි අනුමාන කොට දැනගනී. එලෙස අනුමාන කොට දැනගන්නාඅයුරු අංක 4 පරිච්ඡෙදයෙහි (පිටු අංක 193 සිට ඉදිරියට) ස්කන්ධයන් වටහා ගන්නා ආකාරය විස්තර කරන තැන දක්වන ලදී. නමුදු අනුමාන වශයෙන්

දැනගන්නා අවස්ථාව ඇතිවෙමින්-නැතිවෙමින් පවතින රූප ස්කන්‍ධයන්හි නියම ඇතිවීම නැතිවීම ප්‍රත්‍යක්‍ෂ ලෙස දැන ගැනීමක් නොවේ. අවිද්‍යාව ආදිය තවමත් නොනිමිව පවතින නිසා රූප වේදනාදියෙහි පහළ වීමට ඇති හැකියාවත් අවිද්‍යාව ආදිය නැවත මතු නො වන ලෙස දුරුකළේ නම් රූප - වේදනාදියෙහි නැවත මතු නො විය හැකි බවත්, සළකා බලා හුදු අනුමාන වශයෙන් ගෙන පිළිගැනීමක් පමණක් බැවින් මහා ටීකාවෙහි මෙලෙස අනුශාසනා කොට ඇත.

එත්ථ ච කෙචි තාව ආහු "අරූපක්ඛන්‍ධානං උදයබ්බය දස්සනං අද්ධා සන්තතිවසෙනව, න ඛණවසෙනා"ති. තෙසං මතෙන ඛණතො උදයබ්බයදස්සන මෙව න සියා. අපරෙ පනාහු" පච්චයතො උදයබ්බය දස්සනෙ අතීතාදි විභාගං අනාමසිත්වා සබ්බ සාධාරණතො අවිජ්ජාදි පච්චයා වෙදනාදීනං සම්භවං ලබ්භමානතං පස්සති, න උප්පාදං අවිජ්ජාභාවෙච..... තෙසං අසම්භවං අලබ්භමානතං පස්සති, න භංගං. ඛණතො උදයබ්බය දස්සනෙ පච්චුප්පන්නානං උප්පාදං භංගඤ්ච පස්සතී"ති. තං යුත්තං සන්තතිවසෙන හි රූපා රූපධම්මෙ උදයතො වයතොව මනසිකරොන්තස්ස අනුක්කමෙන භාවනාය බලප්පත්තකාලෙ ඤාණස්ස තික්ඛවිසදභාවප්පත්තියා ඛණතො උදයබ්බයා උපට්ඨහන්ති [මහා ටී. (බු.) 2/322]

ච	=	දිගට විස්තර දක්වතොත්
එත්ථ	=	මෙහිලා
තාව	=	ප්‍රථමයෙන්
කෙචි	=	සමහර ආචාර්‍යවරු
ආහු	=	කියන ලදී (කියන ලද ආකාරය)
අරූපක්ඛන්‍ධානං උදයබ්බය දස්සනං	=	නාමස්කන්‍ධයන්ගේ ඇතිවීම-නැතිවීම මෙනෙහි කරමින් භාවනා කිරීම
අද්ධා සන්තති වසෙනෙව	=	අද්ධා පච්චුප්පන්න, සන්තති පච්චුප්පන්න යන මේවායේ වශයෙන් පමණක් විය හැක්කේය.
න ඛණ වසෙන	=	ඛණ පච්චුප්පන්න වශයෙන් විය නො හැක්කේය

ඉති	=	මෙලෙස දක්වා ඇත. (මෙම කෙචිත් වාදය, පටිසම්භිදා මග්ග අට්ඨ කථාවෙහි සකවාදය වශයෙන් දක්වා ඇත.)
තෙසං	=	මෙම සමහර ආචාර්‍ය්‍යවරු
මතෙන	=	මතය වශයෙන්
ඛණතො උදයබ්බ දස්සනමෙව	=	පහළවන නැතිවන අවස්ථා වශයෙන් ඇතිවීම -නැතිවීම මෙනෙහි කොට බැලීම මඟින් පමණක්
න සියා	=	විය නොහැක්කේය.

ප්‍රත්‍යුත්පන්න නාමස්කන්‍ධයන් යනු මෙනෙහි කරමින් පවතින චිත්තුප්පාදයන් ම යැ. දක දනගනිමින් භාවනා කරමින් තිබෙන මෙම චිත්තුප්පාදයන්ගේ ඇතිවීම - නැතිවීම එම චිත්තුප්පාදයන් මඟින් ම මෙනෙහි කරමින් දකගැනීමට හැකිනම්" ක්‍ෂණ ප්‍රත්‍යුත්පන්න නාමස්කන්‍ධයන්හි ඇතිවීම-නැතිවීම දකිය හැකියැයි කීම සාධාරණය, මෙලෙස භාවනාවෙන් දනගත හැකිවීම "ඇඟිලි බිත්තරය එම ඇඟිලි බිත්තරයෙන් ම ඇල්ලීමට නො හැකිවන්නා සේ" සිදුවිය නො හැක්කක් ම වන්නේය. එබැවින් සමහර ආචාර්‍ය්‍යවරු "ඛණ පච්චුප්පන්න වශයෙන් නාම ස්කන්‍ධයන්හි ඇතිවීම් නැතිවීම් නොදකිය හැක්කකි"යැයි කියත්. මෙම කෙචිත් වාදය සමහර ආචාර්‍ය්‍ය වරුන්ගේ වාද කැලට නො ගැළපෙන්නකි යැයි බැහැර කළ නො හැක්කේ ය.

නමුදු "**නිබ්බත්ති ලක්ඛණං පස්සනෙතාපි විපරිණාම ලක්ඛණං පස්සනෙතාපි**" යන පටිසම්භිදා මග්ග පාලි, "**ත්‍යාස්‍ය ධම්මා විදිතා උප්පජ්ජන්ති විදිතා උපට්ඨහනති විදිතා අබ්භත්තං ගච්ඡන්ති**" යන අනුපද ධම්ම සූත්‍ර (ම.නි) යන දේශනා හිදු ඛණ පච්චුප්පන්න වශයෙන් දක්වන ආකාරය හුවා දක්වා ඇත. අට්ඨකථාහිදු වත්‍ථු සහ ආරම්මණ පිරිසිඳ ලූ බැවින්, මොහොතකට කලින් ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් ගිය නාම ධර්‍මයන්හි උප්පාද, ඨිති, භංග යන මේවා වර්‍තමානව පහළ වන පවතින බිඳෙන ආකාරයට ම යෝගාවචරයාට ප්‍රකට වේ. එබැවින් **විදිතා උප්පජ්ජන්ති** යනාදිය දේශනා කරන ලදී යැයි විවරණය කර දක්වයි. යෝගීනට මෙනෙහි කොට දන

ගන්නා ඥාණයෙනුදු මොහොතකට පෙර ඇතිව - නැතිව ගිය නාම ධර්මයන් වර්තමානව ඇස්පනාපිට ඇතිවෙමින්, නැතිවෙමින් පවතින්නා සේ ම ප්‍රකටව පැනේ.

එබැවින් කේචිත් වාද, යෝගීන්ගේ ඥාණ වර්ධනය සමග නො සීහේ, පාළි අට්ඨකථාහි අර්ථයන්ට හරස් වේ, යැයි දොස් දක්වා බැහැර කිරීම් වස් **"තෙසං මතෙන ඛණතො උදයබ්බය දස්සනමෙව න සියා"** යැයි ටීකාචාර්යයන් වහන්සේ අනුශාසනා කරයි. අදහස වනාහි, එම කෙචිත් ආචාර්යයන් වහන්සේලාගේ මතාපය අනුව කිවහොත් ඛණ පච්චුප්පන්න නාම ධර්මයන්හි ඇතිවීම - නැතිවීම දැක දැන ගැන්මෙන් පමණක් කාර්ය සිද්ධ නොවේ. එවන් මෙනෙහි කොට දැක ගැනීමක් පාළි අට්ඨ කථා වල දක්වා ඇත්තේද? පාළි අටඨ කථාවල එවන් දැක්වීමක් ඇත්තේය. එම දක්වා ඇති ආකාරයට යෝගීන්ගේ දැක ගැනීම, අත්දැකීම ද වන්නේය. එමනිසා එම කෙචිවාද යුක්ති යුක්ත නැත්තේයැ යි කියනු ලැබේ. **අපරෙපන**=කේචිත් වාදයන්ට පරිබාහිර වූ තවත් ආචායර්යවරු වනාහි

පච්චයතො උදයවය දස්සනෙ	=	හේතු ප්‍රත්‍යය වශයෙන් ඇතිවීම්-නැතිවීම් මත භාවනා කොට බලන අවස්ථාවෙහි
අතීතාදි විභාගං අනාමසිත්වා	=	පසුගිය අතීත ධර්ම ආදි වශයෙන් බෙදා වෙන් කොට නොගෙන
සබ්බසාධාරණතො	=	තුන්කාලයටම සාධාරණ ලෙස
අවිජ්ජා පච්චයා	=	අවිජ්ජාදී හේතු ප්‍රත්‍යයන්
වෙදනාදීනං		
සම්භවං ලබ්භමානතං	=	වේදනාදියෙන් පහළවීම විය යුතු පහළවිය හැකිවීම, ලැබීම, ලැබිය හැකිවීම.
න පස්සති	=	දැක ගන්නවා නොවේ.
අවිජ්ජාදි අභාවෙච	=	අවිජ්ජාදිය නැත්තේ නම් ද
තෙසං අසම්භවං අලබ්භමානතං	=	එම වේදනාදී නාම ධර්මයන්හි පහළ නො විය හැකි බව
පස්සති	=	දකී, පිළිගනී.

භංගං	=	බිඳී යමින් තිබෙන නාම ධර්මයන්හි නියම භංගය, ඇස්පනා පිට
න පස්සති	=	දකිනවා නො වේ
ඛණතො උදයබ්බය දස්සනෙ	=	පහළවන පහළවන ක්‍ෂණය වශයෙන් ඇතිවීම නැතිවීම දැකීමේදී
පච්චුප්පන්නානං	=	ඇති වෙමින් නැතිවෙමින් පවතින වර්තමාන නාම ධර්මයන්ගේ
උප්පාදඤ්ච	=	නියම පහළවීම ද
භඞ්ගඤ්ච	=	නියම නැතිවී යෑම ද
පස්සති	=	ඇස්පනාපිට දකී
ඉති ආහු	=	මෙලෙස දක්වා ඇත.
තං	=	මෙම අපරේ (අනෙක්) ආචාර්‍යයන්ගේ කථාව
යුත්තිං	=	යුක්ති යුක්ත වේ

(අභිධම්මාවතාර ටීකාවෙහි අයුත්තිං යැයි දක්වා තිබීම වනාහි නැවත නැවතත් ලියමින් මුද්‍රණය කරමින් පැවති කාලයේ ප්‍රමාද දෝෂයකින් සිදු වූ ප්‍රමාද දොෂයකි. **යුත්තිං** යැයි ගන්නේ නම් පමණක් ගැළපෙන්නේය. පසුව අවධාරණය කරන කරුණු අනුව ද සමවන්නේය. යුක්ති සහගත වාදයන් සමග අනුව යන බවක් ද වන්නේය.)

හි	=	අපරෙවාද (අනෙකුත්වාද) යුක්ති සහගත වන ආකාරය
සන්ත ති වසෙන	=	සන්තති පච්චුප්පන්න වශයෙන්
රූපාරූපධම්මෙ	=	රූප-නාම ධර්මයන් හි
උදයතො ච	=	පහළවීම් වශයෙන් ද
වයතො ච	=	බිඳීයෑම් වශයෙන් ද
මනසිකරොන්තස්ස	=	මනසිකාරය පවත්වන යෝගී හට
අනුක්කමෙන	=	අනුක්‍රමයෙන්

භාවනාය බලවප්පත්ත

කාලෙ	=	භාවනාව බලවත් වූ කල්හි
ඤාණස්ස	=	දැක දැනගන්නා නුවණ
තික්ඛ විසදභාවප්පත්තියා	=	තීක්ෂණ, පිරිසිදු බවට පත්වී
උදයබ්බය	=	ඇතිවීම් -නැතිවීම්
ඛණතො	=	ක්ෂණ ප්‍රත්‍යුත්පන්න වශයෙන්
වා	=	ඇතිවන නැතිවන ක්ෂණ වශයෙන්
උපට්ඨහන්ති	=	පහළවෙත් ප්‍රකටවෙත්
ඉති	=	මෙය වනාහි අපරෙවාද (අනෙකුත් වාද) යුක්ති සහගත බව දැක්වීමයි

පටිසම්භිදා මග්ග අට්ඨ කථාවෙහි මෙම අපරේවාද, කේචිවාද වශයෙන් දක්වා ඇත. මෙම අපරෙවාදයේ අදහස වනාහි අවිජ්ජා නො නිමි නිසා වේදනාව පහළ වේ. ඒ අවිද්‍යාව දුරු කළේ නම් වේදනා පහළ විය නො හැක්කේය. මෙ ලෙස නාමස්කන්ධයන්හි ඇතිවීම-නැතිවීම හේතුධර්ම වශයෙන් ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කිරීමේදී ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පවතින නාම ධර්මයන්හි නියම ඇතිවීම - නැතිවීම ප්‍රත්‍යක්ෂ කොට බලනවා නො වේ. අතීත අනාගත ප්‍රත්‍යුත්පන්න වශයෙන් කොටස් කොට නො ගෙන සමාන ලෙසට අවිද්‍යාදිය ඇති බැවින් වේදනාදිය පහළ විය හැකි බව ද අවිද්‍යාදිය නැත්නම් වේදනාදිය පහළවිය නො හැකි බව ද ප්‍රත්‍යවේක්ෂා කොට භාවනාවෙන් බැලීම පමණකි. ප්‍රත්‍යුත්පන්න නාම ස්කන්ධයන්ගේ ඇතිවීම -නැතිවීම ඇතිවන - නැතිවන ක්ෂණයෙහි ක්ෂණ වශයෙන් මෙනෙහි කොට දැනගැනීමේදී වනාහි ඇස්පනාපිට පහළවීම= **උප්පාදයය**, ඇස්පනාපිට බිඳීයෑම **භංගයය** යන මේවා ඇති සැටියෙන් ම දැක දැන ගැනීම යැයි කියයි. මෙහිලා **කෙචි අපරේ** යන වාද දෙක තුළින් **කේචි** වාදයන් පරිබාහිර අනෙකුත් ආචාර්‍ය්‍යවරු අපරේ වාදයෙහිලා එකතුවේ. මහා ටීකාචාර්‍ය්‍යයන් වහන්සේද, කේචි වාදයෙහි දොස් දක්වා අපරේවාදය සාධාරණ යැයි පිළිගන්නා බැවින් අපරේවාද පිලට වැටේ. එබැවින් මේ අපරේ වාදය කෙචිවාදයෙන් පරිබාහිර සියලු ආචාර්‍ය්‍යයන් වහන්සේලාගේ පිළිගැනීම අනුව පොදු වාදය වේ.

උදයබ්බය ඤාණ ශක්ති කථා නිමියේ යැ

අනුමාන ඥාණ පහළවන ආකාරය

ඇතිවෙමින් - නැතිවෙමින් පවතින ප්‍රත්‍යුත්පන්න රූප-නාමයන්ගේ ඇතිවීම - නැතිවීම හොඳින් ඇස්පනාපිට දැක දැන ගත් යෝගාවචරයා "ඉස්සර කාලයේත් පෙර භවයහිදීත් මෙ ලෙසට ම ඇතිවෙමින් නැති වෙමින් ම පැවතියේය. පසු කාලයේ, මතු භවයෙහි ද මෙ ලෙසට ම ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් යන්නේ ම යැ"යි අතීත අනාගත රූප- නාමයන්ද වර්තමානව ඇස්පනාපිට දකිනා ප්‍රත්‍යුත්පන්න නාම-රූපයන් හා ගළපා ඒ අනුසාරයෙන් විනිශ්චය කරයි.

ප්‍රත්‍යුත්පන්නයෙන් පටන්ගෙන විපස්සනා කළයුතු බව

පඨමඤ්හි පච්චුප්පන්නා ධම්මානං උදයබ්බයං දිස්වා අථ අතීතානාගතෙ නයං නෙත [මහා ටී. (බු.) 2 324]

පච්චුප්පන්න ධම්මානං	=	පහළ වෙමින් පවතින ප්‍රත්‍යුත්පන්න ධර්මයන්හි
උදයබ්බයං	=	ඇතිවීම් - නැතිවීම්
පඨමං දිස්වා	=	ප්‍රථමයෙන් දැක
අථ	=	පසුව
අතීතානාගත	=	අතීත අනාගත ධර්මයන්හි
නයං	=	න්‍යාය මත පිහිටා සළකා බලා විනිශ්චයකට එළඹීම
නෙති	=	දරයි
වා	=	උපදවයි.

(මෙම පාළියෙහි ද ප්‍රත්‍යුත්පන්නය ප්‍රථමයෙන් විපස්සනා කළ යුතු බව කෙළින් ම දක්වන සාධකයකි)

බණ පච්චුප්පන්න නාම-රූපයන්හි ඇතිවීම්-නැතිවීම් සිදුවන ආකාරයට අනුව යමින් වහ වහා මෙනෙහි කොට භාවනා කළ හැකි අවස්ථාවේ "පහළ නොවූ විරූ ධර්මයන් ම පහළ වෙත්. පහළ වූ ධර්ම කිසිවක් තවත් තැනකට ගොස් එකතු වී පවතින්නේ නැත. සම්පූර්ණයෙන් ම කැඩී - බිඳී විනාශ වී යෙත්" යැයි දැක දැන වටහා ගන්නා බැවින් රූප-නාම සංස්කාරයන් මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා ඥාණයෙහි අලුතින්

අලුතින් ම පහළ වී ප්‍රකට වෙත්. දියකඩක් මතට වැසි වැටෙන විට වහ වහා පහළ වන දිය බුබුලුමෙන්, දිය මත ඇඳි ඉරක් මෙන්, අහසෙහි මතුවන විදුලිය රේඛා මෙන්, යන්ත්‍රයක් ක්‍රියාකරන විට පහළ වන දඩ-බඩ, දඩ-බඩ සද්දයන් මෙන්, ඉතාමත් සුළු කාලයක් යුහුසුළු ව විනාශ වී බිඳියන්නා සේ, සංස්කාර ධර්‍මයන් ද ඉතාමත් කෙටි ක්‍ෂණයක් පැවති යුහුසුළු ව බිඳී විනාශ වී යත් යැයි දැනගන්නා ඥාණය පහළ වෙත්.

මන්ත්‍ර විජ්ජා කාරයන් මෙන් මවා පාන රන් - රිදී මුතු මාල ආදී මායා වස්තු, ඇස්බැන්දුම්. ඇත්ත සත්‍යය මෙන් පෙනෙන සිහින වස්තු, රාත්‍රී අන්‍ධකාරයේ කරකවන ගිණි පෙණෙල්ලකින් මතු වන ගිණි වළල්ලක් සේ, අභ්‍යාවකාශයේ ගන්‍ධබ්බ-දේව නිර්මාණ වශයෙන් මවාපාන ගන්‍ධබ්බ නගරයක්සේ, පෙණ පිඩක්, කෙසෙල් කඳක් වැනි වස්තු වල සාරයක් අර්ථයක් කැලම නැත්තා සේ සංස්කාර ධර්‍මයන්හී කල් පවතින හරයත් ගතයුත්තක් කැලම නැතැයි මෙනෙහි කොට දැන ගන්නා ඥාණය ප්‍රකට වේ. මෙනෙහි කොට දැනගන්නා ඥාණයෙහි මෙතුවාක් ප්‍රකට ලෙස දැක ගන්නා යෝගාවචරයා උදයබ්බයානුපස්සනා නම් වූ තරුණ විපස්සනා ඥාණය ලබයි. මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම විපස්සනාව, වැඩීම මුල් කොටස නිම වූ බැවින් ද, තමා වඩන්නකු වන බැවින්ද මොහුට ආරද්‍ධ විපස්සකා යැයි කියනු ලැබේ.

(**ආරභතීති ආරද්‍ධො, විපස්සතීති විපස්සකො ආරද්‍ධොච විපස්සකොචාති ආරද්‍ධ විපස්සකො** යැයි වචනාර්ථය දක්වයි)

එත්තාවතානෙන "වයධම්මමෙව උප්පජ්ජති උප්පන්නඤ්ච වයං උපෙතී" ඉමිනා ආකාරෙන සමපඤ්ඤාස ලක්ඛණානි පටිවිජ්ඣිත්වා ඨිතං උදයබ්බයානු පස්සනා නාම පඨමං තරුණවිපස්සනා ඤාණං අධිගතං හොති යස්සාධිගමා ආරද්ධ විපස්සකොති සංඛං ගච්ඡති. [වි. ම. 475]

එත්තාවතා ජාතං රූපං

පච්චුප්පන්නං = ආදි පාළියට අනුව, මේ තාක් දැනුමින්

වය ධම්ම මෙව උප්පජ්ජති = වියෝවන සුළු, වියෝවන ධර්මයන් ම පහළවෙත්

උප්පන්නං වයං උපෙතීති	=	පහළ වූ ධර්මයන්ද බිඳී බිඳී යෑමට, බිඳී යෑමට පත්වෙත් යැයි
ඉමිනා ආකාරෙන	=	ඇස්පනාපිට දන්නා එම ස්වභාවයෙන්
සම පඤ්ඤාස ලක්ඛණානි පටිවිජ්ඣිත්වා ඨිතං	=	පණසක් වූ ලක්‍ෂණයන් දැක සිටි

ඉමිනා ආකාරනාති ඉමිනා යථාවුත්තෙන පච්චක්ඛ කරනා කාරෙන යන ටීකා විවරණය ඇතිවීම-නැතිවීම ඇස්පනාපිට දැකීම මගින්ම ලක්‍ෂණ පනස දැක සම්පූර්ණ වීම යන්න අර්ථයයි)

අනෙන	=	මෙම යෝගාවචරයා
අධිගතං	=	අධිගමනය කිරීම
හොති	=	කරන ලදී
යස්සාධිගමා	=	මෙම ඤාණය ලැබීම නිසා
ආරද්ධ විපස්සකොති සංඛං	=	ආරද්ධ විපස්සක පුද්ගලයා ය කිවහැකි ගණනට
ගච්ඡති	=	යෙත්

කලාප සම්මසනාදිවසෙන පවත්තං සම්මසනං න නිප්පරියායෙන විපස්සනා සාමඤ්ඤං ලභති. උදයබ්බයානුපස්සනාදිවසෙන පවත්ත මෙව ලභති [මහා ටී. (බු.) 2/326.327]

කලාප සම්මසන ආදිය වශයෙන් වන්නා වූ සම්මසනය ඤාණය මුඛ්‍ය වශයෙන් විපස්සනා නමට තරම් නොවේ. උදයබ්බයානුපස්සනා ආදී වශයෙන් පහළවන සම්මසන ඤාණයම මුඛ්‍ය වශයෙන් විපස්සනා නමට තරම් වේ.

විපස්සනුපක්කිලෙස

උදයබ්බ ඤාණය පළමුවන වරට පහළවන අවස්ථාවේදී යෝගාවචරයනට විපස්සනා උපක්ලේශ ධර්ම දහය පහළ වේ. කුමන ආකාරයේ පුද්ගලයන්ට මෙය පහළ විය හැක්කේ ද, පහළ විය නොහැක්කේ ද යන්න පහත දැක්වෙන විශුද්ධි මාර්ග උධෘතයෙන් දැක හැකිය.

විපස්සනූපක්කිලෙසා හි පටිවේධප්පත්තස්ස අරිය සාවකස්සමෙව විප්පටිපන්නකස්සච නික්ඛිත්ත කම්මට්ඨානස්ස කුසීත පුග්ගලස්ස නූප්පජ්ජන්ති. සම්මාපටිපන්නකස්ස පන යුත්තප්පයුත්තස්ස ආරද්ධවිපස්සකස්ස කුලපුත්තස්ස උප්පජ්ජන්ති යේව. [වි. ම. 475]

විපස්සනූපක්කිලෙසා	=	විපස්සනාවට උපක්ලේශ වන ධර්මයන්
පටිවෙධප්පත්තස්ස	=	මාර්ගඵල වලට පත් වූ
අරියසාවකස්සමෙව	=	ආර්යශ්‍රාවකයන්ට ද
විප්පටිපන්නකස්ස ච	=	වැරදි ලෙස හික්මෙන්නහුට ද
නික්ඛිත්ත කම්මට්ඨානස්සෙච	=	කර්මස්ථානය බහා තබා භාවනාව නතර කොට සිටින්නහුට ද
කුසීත පුග්ගලස්සච	=	කුසීතව, කම්මැලිව සිටින පුද්ගලයාටද
නූපපජ්ජන්ති	=	පහළ නොවේ
පන	=	පහළවිය හැකි පුද්ගලයා දක්වන්නේ නම්
සම්මා පටිපන්නකස්ස	=	නියම ප්‍රතිපදාවට අනුව භාවනා කරමින් සිටින
යුත්තප්පයුත්තස්ස	=	අතනැර දිගට වියර්කරන
ආරද්ධ විපස්සකස්ස	=	උදයබ්බය ඤාණයටපත් ආරද්ධවිපස්සක නම් වූ
කුල පුත්තස්ස	=	කුලපුත්‍රයාට
උප්පජ්ජන්ති එව	=	පහළ වන්නේ ම ය.

පහළ නො විය නො හැක්කේය යනුයි, බලවවිපස්සකයාට ද මෙම උපක්ලේශ පහළ විය නො හැකි බව **අරියසාවකස්ස** යන කථාවෙන් උත්කෘෂ්ඨ නිර්දේශ වශයෙන් දක්වා ඇත්තේ යැයි මහා ටීකාහි දක්වා ඇත. එම නිසා නිබ්බිදා ඤාණ ආදියෙන් සම්පූර්ණ පුද්ගලයාට ද මෙම උපක්ලේශ පහළ විය නො හැකි බව සිතාගතයුතු)

ඔභාසො චෙව ඤාණෙච - පීතියා ච විකම්පති
පස්සද්ධියා සුඛෙචෙව යෙහි චිත්තං පවෙධති
අධිමොක්ඛෙ ච පග්ගහෙ උපට්ඨානෙච කම්පති
උපෙක්ඛාවජ්ජනාය ච උපෙක්ඛාය නිකන්ති යා

ඔභාසො චෙව	=	පහළවන ආලෝකයෙන් ද
ඤාණෙ ච	=	ඉතාමත් තියුණු විශේෂ ඤාණ නිසා ද
පීතියාච	=	පිනායන ගතියෙන් ද
චිත්තං	=	මෙනෙහි කොට දැනගැනීමේ භාවනා සිත
විකම්පති	=	කම්පනයට පත්විය හැක්කේය
පස්සද්ධියාච	=	සිත කය සංසිඳෙන නිසා ද
සුඛ මෙච	=	සිතේ සුඛය, සතුට නිසා ද
යෙහි	=	මෙම හේතු දෙක නිසා ද
චිත්තං	=	මෙනෙහි කොට දැනගන්නා සිත, භාවනා සිත
පවෙධති	=	කම්පනය වී කැඩී බිඳී යා හැක්කේය
අධිමොක්ඛෙ ච	=	ඉතාමත් පිරිසිදු ශ්‍රද්ධාව නිසා ද
පග්ගහෙච	=	විශේෂ ආයාසයක් නැතිව සමව භාවනා කරන විරිය නිසා ද
උපට්ඨානෙන ච	=	අරමුණ වෙතට වැදගන්නා ලෙසට ප්‍රකට වෙන සතිය නිසා ද
උපෙක්ඛා වජ්ජනාය	=	අරමුණ විෂයෙහි පර්යේෂණ නො කර සමානව ආවර්ජනය කළ හැකි බව ඇති අපේක්ෂාව ඇති
උපෙක්ඛාය ච	=	විපස්සනා උපෙක්ෂා නිසා ද

(උපේක්ෂාව නම් වූ උපක්ලේශයේ එක් ස්වරූපයක් ලබනු පිණිස උපෙක්ඛා වජ්ජනායාති පදය විශේෂණ කොට අධිප්‍රායර්ථව හුවා දක්වයි)

නිකන්තියාච	=	විපස්සනාවෙහි ඇලෙන ගතිය, තණ්හාව ද
චිත්තං	=	මෙනෙහිකොට දැනගන්නා භාවනා සිත

කම්පති = සැලෙයි, කම්පාවෙයි, බිඳීයයි.

1. ඕභාස

සමාධිය ශක්තිමත් නිසා ද ආලෝකය පහළ විය හැක්කේය. විපස්සනා ඥාණ නිසාත් පහළවිය හැක්කේය. මෙහිදී බුද්ධානුස්සතිය ආදී සමථ භාවනාවක් කරමින් සිටි යෝගාවචරයාට ද, ඇතිව නැතිව යන රූප නාමයන්ගේ ක්‍රියාවලිය අනුව යමින් යුහුසුළුව මෙනෙහි කළ නො හැකි, පරිග්‍රහ කළ නො හැකි, විපස්සනා යොගාවචරයාට ද, පහළ වූ විවිධ ආලෝක, සමාධිය ශක්තිමත් නිසා පහළ වූ ඒවාය. මේ කථාව අනාථපිණ්ඩික සිටුතුමාගේ කථාවෙන් ස්ථිර ලෙස දත හැක්කේය.

අනාථපිණ්ඩික සිටුතුමා රජගහ නුවර සිටුතුමාගේ සිටු මැදුරට ගිය අවස්ථාවේ, බුදුරජාණන්වහන්සේ ලොව පහළ වූ ප්‍රවෘත්තිය අසා දැන ඉක්මනින් බුද්ධ වන්දනාවට යෑමට කල්පනා කළේය. නමුදු රාත්‍රී කාලය නිසා යා ගත නො හැකි බැවින් 'උදේ පාන්දර ම යන්නෙමි'යි සිතාගෙන බුද්ධාලම්භන සිතින් යුක්තව නිඳට ගියේය. නිඳ ගිය පසු රාත්‍රී තුන් යම් කාලයේ වරින්වර තුන් වතාවක් අවදි විය. අවදි වන වන වාරයේ බුද්ධානුස්සතිය භාවනා බෙලෙන් ආලෝකය උදා විය. එබැවින් අරුණ නැගුනේ, යැයි සිතාගෙන නිදි ඇඳෙන් නැගිට විමසනුයේ තවමත් එළිවී නැති බව දැන ගෙන ප්‍රථම දෙවන අවසථාවල නැවත නිදා ගත්තේය තුන්වැනි වාරයේ වනාහි ඇත්තට ම අරුණාලෝකය යැයි සිතාගත් බැවින් බුදුන් වහන්සේ වැඩ සිටින තැනට තනිව ම පිටත්විය. නගරයේ පිට සුසාන භූමියට පත්වී එහි තිබූ මළමිණී දැක තිගැස්සී සිත විසිර ගියේය එම අවස්ථාවෙහි බුද්ධානුස්සති ශක්තිය දුර්වලවීම නිසා ආලෝකය දුරුවී ගියේය. තද අන්ධකාරය පැවතියේය. එම නිසා සිටුතුමාට නැවත සිටුමැඳුරට යෑමට සිත් විය. මේ අවස්ථාවේ සුසාන භූමියේ ආරක්ෂක දේවතාවා,

සතං හත්ථී සතං අස්සා සතං අස්සතරී රථා
සතං කඤ්ඤාසහස්සානි ආමුත්ත මණි කුණ්ඩලා
එකස්ස පදවීතිහාරස්ස කලං නග්ඝන්ති සොළසිං

සතං හත්ථී = ඇතුන් දස දහසක් ද
සතං අස්සා = අසුන් දස දහසක් ද

සතං අස්සතරී රථා	=	අසසතරින් කොටළුවන් යොදන ලද රථ දස දහසක් ද
අමුත්ත මණි කුණ්ඩලා	=	වෙරළු මිණි කොඩොල්, ආභරණ සැරසිලි වලින් අලංකාරකරන ලද
සතං කඤ්ඤා සහස්සානි	=	දස දහසක් කන්‍යාවන් ද
එකස්සපදවීථි භාරස්ස	=	බුද්ධ වන්දනාවට යන එක පියවරකින්
සොළසිං කලං	=	දහසයෙන් එකක්
න අග්ඝති	=	නො වටී

ඉදිරියටම යන්න සිටුතුමනි! නැවත හැරෙන්න එපා! යන එක හොඳයි. ආපසු හැරීම හොඳ නැහැ, යැයි ධෛර්‍යවත් කරන ලදී. එම අවස්ථාවේ සිටුතුමා මම තනිව ම යැයි හිතාගන සිටියෙමි. නමුත් එහෙම නැහැ මාත් එක්ක සමූහයක් ද ඇවිත් වගේ යැයි සිතා සිත ධෛර්‍යවන්ත කරගත් බැවින් බුද්ධානුස්සතිය නිසා පහළ වූ ආලෝකය ද නැවත මතුවිය. මෙලෙසට තුන්වරක් ආලෝකය අතුරුදහන් විය. එම තුන් වතාවේම ආරක්ෂික දේවතාවගේ ධෛර්‍ය කරවීම අනුව නැවතත් ධෛර්‍යමත්වී බුද්ධානුස්සතියට සිත යෙදෙන සෑම වතාවේදීම ආලෝකය නැවත පහළ විය. අවසාන වතාවේ අනායාසයෙන් ම බුදුන් වහන්සේ වැඩ සිටින තැනට සැපත් විය. මේ ප්‍රවෘත්තිය සංයුක්ත අට්ඨ කථා ආදියෙහි සඳහන් වෙයි. එම කථා වස්තුව මගින් සමාධිය ශක්තිමත් නිසාද අලෝකය පහළ විය හැකි බව සැකයකින් තොරව දත හැක්කේය.

මේ නිසා විපස්සනා යෝගාවචරයාට නාම-රූප පරිච්ඡේද ඤාණය බලවත්ව සම්පූර්ණ වූ කාලයේ පටන්, සමහරෙකුට හමුවිය හැකි අල්ප වූ ආලෝක ලපද, පච්චය පරිග්‍රහ ඤාණ අවස්ථාවේ මුල පටන් සමහරෙකුට දැකිය හැකිවන නිල්, කහ, රතු කොළ ආදී ආලෝක කැටිති ද වැනි ආලෝකය සමාධි ආලෝක යැයි විනිශ්චය කළ හැක. ආලෝකය පමණක් නො වේ. ඒ ඒ සමාධි බලයෙන් බුද්ධ රූප රහතන්වහන්සේලාගේ රූප ආදී විවිධ සටහන් ද විවිධ වර්ණ ද සමගින් නාම-රූප පරිච්ඡෙද ඤාණ මෝරන අවස්ථාවේ පටන් පෙනෙන බැවින් ඒවා සමාධියේ බලවත්කම නිසා ම

පහළ වන්නේ යැයි විනිශ්චය කටයුතු. සම්මසන ඤාණ අවස්ථාවේ ඉහත දක්වූ දේවල් බහුලව මතුවී පැමිණිය හැක්කේය. උදයබ්බය ඤාණය තරුණ අවධියේ ද ටික ටික ඉදිරිපත් විය හැක්කේය. විශේෂය නම්, මෙහිලා නාම -රූප පරිච්ඡේද අවස්ථාවෙහි එම සටහන්වල මතුවීම= ආරම්භය-බිඳී යෑම= අවසානය එසේ පිරිසිදුව දැනගත නො හැක්කේය. පච්චය පරිග්ගහ අවස්ථාවේ ඉපැදීම=මුළ දැනගත හැකි නමුදු බිඳීයෑම= අවසානය පිරිසිදුව දැක දැනගත නොහැක්කේය. නැවත නැවත අලුතින් මතුවීම අනුව යමින් යමින් මෙනෙහි කළ හොත් මුල කර්මස්ථානය ඈත් ඈත් වී යා හැක්කේය. සම්මසන අවස්ථාවේ මුල, මැද, අග යන අවස්ථා තුන ම මතුවී එන්නේ නම් එය ඉපිද පිරිසිදුවී විසඳ වී සිට එතැනින් ලිස්සා ගොස් තුනිවී ඈත් ඈත්වී යා හැක්කේය. උදයබ්බය ඤාණ අවස්ථාවෙහි නම් වරක් මෙනෙහි කිරීමෙන් අරමුණක් අරමුණක් වශයෙන් දුරුවී, දුරුවී යන්නේය. මෙනෙහි නොකර අරමුණ අනුව යන හැකියාව අනුව හුදු අරමුණ දැකගත් පමණින් වහා වහා දුරුවී දුරුවී යන ගතියක් ද ඇත. ස්ථානයෙන් ලිස්සා යෑමක් ද නැත. ක්‍රම ක්‍රමයෙන් මඳින් මඳ තුනිවී යෑමක් ද නැත. වහා ම මතුවී එන්නේ නම් එතැන එතැන ම බිඳී බිඳී යා හැක්කේය. එම මොහොතෙහි ම ඉපදී එතැන ම බිඳී බිඳී යනු ඇත. ප්‍රකටව පෙනෙන පිහිටියා වූ මැද ස්ථානයක් දැකගත හැකි නොවේ. මෙය මෙහි විශේෂ ලක්ෂණයි. ඊට අමතරව නාම-රූප පරිච්ඡේද, පච්චය, පරිග්ගහ, සම්මසන ඤාණ අවස්ථාවන්හි ප්‍රීති, පස්සද්ධි, සුඛ, ශ්‍රද්ධා යන මේවාද සමාධි ශක්තිය අනුව විශේෂයෙන් මුදුන් පත් වන්නේ යැයි සිත තබාගත යුතු.

අති සීඝ්‍රව ඉපිද බිඳී යන බව දක්නා නාම-රූප යම් ලෙසට උපදී ද යම් ලෙස බිඳීයයි ද එම තත්ත්වයට සැපත්ව අබ ඇට පුපුරන්නා සේ ඉතා සීඝ්‍රව ඤාණයෙන් මෙනෙහි කිරීමට සමත් වූ අවස්ථාවේ උපන් ආලෝක ප්‍රභාව නම් විපස්සනා ඤාණ ශක්තියෙන් උපන් අලෝකයකි. සමහර යෝගීනට මෙය අල්ප ලෙස උපදී. පිහිටන්නේ ද ක්ෂණයකට පමණි. අකුණු, විදුලි රේඛා එළියක් සේද දිස්වේ. පිඟානක් මෙන් ආලෝක මණ්ඩලයක් සේද පැනේ. විශාල තැටියක් ආලෝක මණ්ඩලයක් ද මතුවිය හැක්කේය. සමහර යෝගීනට කාමරය පුරාමත්, තවත් එහාටත් පැතිරි යා

හැක්කේය. මෙනෙහි කර බැලුව ද සැඟවී නො යන සුළුය. බොහෝ වේලා තහවුරුව එසේ පැවතිය හැක්කේය. සිතන කල්පනා කරන අවස්ථාවල ද ඔභාසය ප්‍රකටව පැවතිය හැක්කේය. වාහනයක ඉදිරි ලාම්පු එළියක් මෙන්ද විදුලි පන්දමක් දැල් වූ විටක මෙන් ද ඉර එළිය, හඳ එළිය මෙන් ද යනාදි ලෙසට විවිධාකාරයෙන් මතුවිය හැක්කේය. එම ආලෝකය තම කයින් මතුවී එන්නාක් ලෙසට ද, තමා ඉදිරියෙන් මතුවී එන ලෙසට ද, පැත්තකින්, පහළින් මතුවී එන්නාක් ලෙසට ද, විවිධාකාරයෙන් සිතාගත හැකි වන්නේය. ආලෝකය පැතිර පවත්නා ප්‍රදේශය තුළ ඇති දේවල් රාත්‍රියේ නමුත් දහවල් එළියක මෙන් ප්‍රකටව දැකගත හැකිවේ. දහවල් වුව ද මෙම ආලෝකය විශේෂයෙන් ප්‍රකටව දැනගත හැක්කේය. ප්‍රකෘති ඇසින් නොදැකිය හැකි ලෙසින් මුවහ වී සැඟවී තිබුන ද විවෘත තැනක ඇති ඇස් පනාපිට දැකිය හැකි සේ දැකගත හැකි වන්නේය.

මේ අවස්ථාවෙහි ප්‍රකෘති ඇසින් දකිනවාද? නැතිනම් මනෝ විඤ්ඤාණ යැයි කියන සිතීමෙන් දකිනවාද? යන්න, දිබ්බ චක්ඛු අභිඤ්ඤා ඤාණයෙන් දකින්නා සේ සිතන මනෝ විඤ්ඤාණයෙන් දකින්නේ යැයි ගන්නා සේ ඇති බවත් මහා ටීකාවෙහි දක්වා ඇත. ප්‍රකෘති ඇසින් පෙනෙන ස්ථානයක ප්‍රකෘති ඇසින් ද දකින්නේ යැයි සිතෙයි. භාවනා කොට ආලෝකය පහළවී ආ කල පරීක්‍ෂා කොට තමා ම විනිශ්චය කරත්වා.

මෙම ආලෝකය පහළ වු අවස්ථාවෙහි යෝගාවචරයා මග-ඵල-නිවන් සාක්‍ෂාත් වූ නිසා ආලෝකය පහළ වීය යැයි සිතාගන්නට ඉඩ තිබේ. එම ආලෝකය ම නිවන යැයි ද සිතා ගැනීමට ද ඉඩ තිබේ. එවන් විශේෂ ධර්මයක් යැයි සිතා නො ගත්තත් එම ආලෝකයේ ඇලී, ගැලී, බැඳී මනාප වී සිටින්නට ඉඩ තිබේ. එලෙස සිතාගෙන ආශා කරන යෝගාවචරයාගේ මනසිකාරය කැඩී යන්නේය. මෙනෙහි කර බැලුව ද මෙනෙහි කරන අරමුණ සංස්කාරයන් පෙරමෙන් ප්‍රකට නොවී යා හැක්කේ ය. එබැවින් මෙම ආලෝකය විපසසනාවට විශේෂ උපක්ලේෂයක් යැයි කියන ලැබේ. මුඛ්‍ය වශයෙන් නම් ආලෝකය සමග පහළ වන ආශාව, තණ්හාව, මානයම, දෘෂ්ඨී යන මෙම කෙලෙස් ධර්මයන් විපස්සනාවට නියම අනතුර උපක්ලෙශ යි.

2. ඤාණ

ද්වාර හයෙහි ඉතාමත් යුහුසුළුව ඇතිවෙමින් නැතිවෙමින් පහළ වී එන රූප-නාමයන් මතුවන, මතුවන ආකාරයට ම අනුව යමින් කඩිසරව මෙනෙහි කරමින් විසද ලෙස ප්‍රකටව දැන ගැනීම ඤාණ යයි. තියුණු පිහියකින් ලබු ගෙඩියක්, බටු ගෙඩියක් දෙපලු කිරීමේදී වහා වහා පිරිසිඳුව කැපී කැපී යන්නා සේ මතුවී එන තාක් රූප නාම මෙනෙහි කරන, කරන වාරයේ මෙම ඤාණය නිසා වහ වහා පිරිසිඳුව පිරිසිඳ වැටහී, වැටහී යන්නේය. තවදුරටත් මෙනෙහි කරන නාම-රූප ඇතිවීම් නැතිවීම්, අනිත්‍ය, දුක්ඛ, අනාත්ම ස්වභාවයන් ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවෙන් ද පිරිසිඳුව දැන ගන්නේය. මෙලෙස දැන ගැනීම පවා ප්‍රත්‍යවේක්ෂාවක් බවත් නො සිතයි. මෙනෙහි කිරීමෙන්ම ඉබේ වැටහී ගිය බවත් සිතාගනී. මෙම විශේෂ ඤාණය ද විශේෂ ඤාණයක් ලෙසද, විශේෂ අවබෝධ ලැබීම අනුව මෙලෙස පිරිසිදු ලෙස දත හැක්කේ යැයි ද සළකා ගෙන ආශ්වාද කරයි. මෙලෙස සිතා ආශ්වාද කිරීම නිසා ම මනසිකාරය වල්මත් වේ. එමනිසා මෙම විශේෂ ඤාණය ද විපස්සනාවට උපක්ලේශයක් යැයි දක්වයි. මුඛ්‍ය වශයෙන් නම් මෙම විශේෂ ඤාණ සමග මුසුවී පහළවන තණ්හා, මාන, දිට්ඨි යන මේවා ම නියම උපක්ලේශ වන්නේය. ප්‍රීතියේ පටන් උපේක්ෂාව තෙක් ඉතිරි උපක්ලේශ හත (7) සම්බන්ධයෙන් ද උපක්ලේශ ලෙස නම් කිරීමට හේතුව මේ දැක්වූ ක්‍රමය බව දැන ගනිත්වා.

3. පීති

ඛුද්දිකා පීති, ඛණික පීති, ඔක්කන්තිකා පීති, උබ්බේගා පීති, ඵරණ පීත යන මේ පස්වනක් ප්‍රීතිය ද, මෙනෙහි කිරීමක් පාසා පහළ විය හැක්කේය. උදයබ්බය ඤාණය මුල පටන් ක්‍රම ක්‍රමයෙන් දියුණු වී උදයබ්බය ඤාණයේ බලවත් අවස්ථාවේ ඵරණ පීතිය පහළ වන බව මහා ටීකාවෙහි දක්වා ඇත. මෙම පස් ආකාර ප්‍රිතිය කයෙහි එකවර ම හිරි ගඩු මතුවීම්, තැන තැන මස් පිඩු සැලීම්, නැටීම්, කඳුළු වැගිරීම්, පපුවෙහි හදවතෙහි උද්‍යොගි ගති මතුවීම්, ශරීරයෙහි සිසිල් බුබුලු දමන්නාක් මෙන් දැනීම් ආදී ලෙසට මතුවී එකවර ම ඒවා නැතිවී යන මේ ප්‍රමෝදය ඛුද්දිකා පීති නම් වේ. ඉතා ක්ෂුද්‍ර වූ ප්‍රමෝදය යැයි කියැවේ. බොහෝ වාර ගණනක් හිරිගඩු පිපීම්, මවිල් කෙළින්වීම් ආදිය ඇතිවී ක්‍රමයෙන් වැඩි වෙමින් යෑම බොහෝ වාර

ගණනක් සිදුවී, අකුණු විදුලි කොටන්නාක් සේ වරින් වර නැවත නැවතත් සිදුවීම් ස්වරූපය **ඛණික පීති** නම් වේ.

යා පනෙසා ධම්ම. කථෙන්තස්සවා සුණන්තස්සවා වාචෙන්තස්ස වා අන්තො උප්පජ්ජමානා පීති උදග්ගභාවං ජනෙති. අස්සූනි පවත්තෙති, ලොමහංසං ජනෙති. සායං සංසාර වට්ටස්ස අන්තං කත්වා අරහත්ත පරියොසනා හොති, තස්මා සබ්බරතීනං එවරූපා ධම්මරති යෙව සෙට්ඨා
[ධම්මපදට්ඨ කථා (බු) 2/353]

භන්තෙ නාගසෙන, යොච මාතරි මතාය රොදති, යොච ධම්මපෙමෙන රොදති, උභින්න තෙසං රොදන්තානං කස්ස අස්සු භෙසජ්ජං, කස්ස අස්සු න භෙසජ්ජන්ති. එකස්ස ඛො මහාරාජ අස්සු රාගදොසෙහි සමලං උණ්හං, එකස්ස (ධර්ම ප්‍රේමයෙන් අඬන්නා වූ කෙනාගේ කඳුළු) **පීති සොමනස්සෙන** (ප්‍රීති සොමනස් සහිතව) **විමලං සීතලං** (කිලුටු නැති, සීතල) **යං ඛො මහාරාජ සීතලං, තං භෙසජ්ජං** (එම සීතල කඳුළු රෝග කෙලෙස් දුරු කිරීමට බෙහෙතක් වේ) **යං උණ්හං තං න භෙසජ්ජන්ති.**

මෙම පාලි අට්ඨ කථා සාක්ෂිකොට ප්‍රීතිය හේතුකොට කඳුළු වැගිරීම, ඇසීම ආදිය ද විය හැකි බව සිතට ගතයුතු. සකල ශරීරයේ පැතිර යන්නා සේ ශරීරයේ ලොමු දැහැගැන්වීම් සීතල, වශයෙන් බලවත්ව උපදින්නේ ශරීරය පුරාමද, එක් ශරීරාංගයක් හෝ උඩට යන්නාසේ තුටු පහටු වේ. මෙය **ඔක්කන්තික පීත** නම් වේ. යම් සේ වෙරළ ඉක්මවා රළ නඟින්නේ එම රළ වෙරළේ හැපී බිඳීයන්නේ යම් සේ ද ශරීරය තුළ වේග රැල්ලක් පැන නැඟී පැමිණ පුරා පැතිර යන ප්‍රමෝදයක් යැයි කියනු ලැබේ. එම ශරීරයේ පවා කොතැනක පවතින්නේදැ යි දැනගත නො හැකිවන තරමට ලෙල දෙන්නා සේ මෝදුවෙමින් මෝදුවෙමින් එන්නා සේ බලවත්ව පැමිණ ශරීරය පුරාම හෝ, ශරීරාංගයක හෝ වේවා උඩ දමන්නාක් සේ නළවන්නාක් සේ සැහැල්ලු වන්නාක් සේ ප්‍රීතිය ප්‍රමෝදය පහළවීම **උබ්බේගා පීති** නම් වේ.

සිංහල දේශයේ (ලංකාවේ) මහා චෛත්‍යය අරමුණු කොට සිත පහදවා ගත් මහා තිස්ස මහා තෙරුන් වහන්සේ ද මැදිවියේ කාන්තාවක් ද තමා අරමුණු කළ එම චෛත්‍යය ද මළුවට අහසින් එක ක්ෂණයකින් ම ඔසවාගෙන ගියේ මෙම **උබ්බේගා පීත** නිසා බව අට්ඨ කථා දැක්වීම්වල හුවා දක්වා ඇත. අද කාලයේ ද සතිපට්ඨාන භාවනාවේ යෙදෙන මෙනෙහි

කොට භාවනා කරන යෝගීන් අතර සමහරෙකුගේ ශරීරය කොටසක්, පැත්තක් උඩට එසවී යනවා දැකගත හැකිවනු ඇත. සමහරෙකුට වනාහි සිටින ඉරියව්ව වෙනස් නොවී මුළු ශරීරය බොහෝ වාරයක් පොළා පනින්නා, පොළා පනින්නාක් මෙන් ඉහළ යන්නේය. සමහරුකුගේ ශරීර කොටසක් පැත්තක්, ඇදීයන්නාක් සේ යන හැටි දැකගත හැක්කේය. හිස, පය පාද වහාම හදිසියේ ම ඉබේ ම මෙන් ගැස්සීයන්නාක් සේ ද වන්නේය. මේවා උබ්බෙග පීති ශක්තියෙන් සිදුවන්නේ යැයි පිළිගත යුතුය. ශරීරය පුරාම සිසිලසක්, සීතලක් හාත් පසින් විඳීම, පුරාම සුව පහසක් දෙන පීතිජ රූප පැතිර යන්නාක්මෙන් බලවත්ව පහළවන ප්‍රීතිය ඵරණා පීති නම් වේ. මෙම ප්‍රීතිය පහළ වන අවස්ථාවේ හුලං පිරවූ බැලූනයක් සේ ශරීරය තුළ සැහැල්ලු වාතයක් පිරී ඉතිරී ඇතිසේ වැටහේ. එවිට කිසිම කායික මානසික ක්‍රියාවක් කරගත නො හැකි සේ ගල්වී ගියාක් මෙන් විය හැක්කේය. ඇසිපිල්ලන් පවා සෙලවිය නො හැකි ලෙසට, ඇස් පවා ඇරිය නො හැකි ලෙසට ශාන්ත රසයෙන් ප්‍රීතිය විඳිමින් සිටිය හැක්කේය.

මෙම පස් වණක් වූ ප්‍රීතිය බලවත්ව ප්‍රකටව පහළ වූ යෝගාවචරයාට එක චිත්තක්‍ෂණයක් තුළ මේවා පහළ වන ලෙසම ද විය හැක්කේය. බුදුරජාණන් වහන්සේ ලොව පහළ වූ බව අසන්නට ලැබුණු සුමේධ තාපසතුමාට, අනාථ පිණ්ඩික සිටුතුමාට, මහා කප්පින රජතුමාට පහළ වූ ප්‍රීතිය මෙන් යැයි පිළිගත හැක්කේය. එම අවස්ථාවෙහි පමණක් මෙලෙස වනවා නො වේ. භංග ඥාණය වැනි ඉහළ ඥාණ අවස්ථාවන්හි මෙනෙහි කරමින් හොඳින් භාවනා කරගෙන යන විට, හදසියේ ම එකවැර ම පහළ විය හැක්කේය. ඊට පසුව ද මෙනෙහි කිරීම සිනිඳුව සුන්දර ව හොඳින් පැවතිය හැක්කේය. මෙළෙස ඥාණය පරිපූර්ණ වී බලවත් ප්‍රීතිය උපදින්නේ යැයි පිළිගත යුතුවේ. තවදුරටත් පස්සද්ධිය බලවත් අයට මෙනෙහි කිරීම සුවදායක වී මුදුන් පත් වූ කල කිසිවක් මෙනෙහි නො කර මනසිකාරය නො කර කල්පනා නො කර හිස්වී ගිය ආකාරයට ටික වෙලාවක් කාලය ලිස්සා යන්නාසේ දැනේ. දැන් සිහි එළවාගෙන නැවත මෙනෙහි කළහොත් නැවත භාවනාව හොඳින් සිදුවන තැනට පත්වේ. සමහර කෙනෙකුට විශේෂ ආයාසෂයකින් තොරව පහසුවෙන් හොඳින් මෙනෙහි කිරීම් ඇතිවිට එකවර ම සිත හිස්වී යන්නාක් මෙන් දැනේ. ටිකකට පසු සියල්ල නැවතත් තිබුණු ලෙසට ම හොඳින් පැවැත්වීමට පටන්ගනී. තත්‍රමජ්ඣත්තතා උපේක්‍ෂාවේ බලයෙන් මෙසේ වන්නේ යැයි පිළිගත යුතු වේ. කෙනෙකුට

හොඳින් පහසුවෙන් මෙනෙහි කරගෙන යනවිට අරමුණ හා මෙනෙහි කිරීම ක්‍රමක්‍රමයෙන් තුනීවීගෙන එකවර ම ලිස්සා යන්නාක් මෙන් සිදුවේ. සමහර විටක බොහෝ වේලාවක් නින්දට වැටී යා හැක්කේය. සිහි එළවාගෙන නැවත මෙනෙහි කළහොත් නැවතත් හොඳින් භාවනාව සිදුවේ. සිත කළබල බව, අන්ද මන්ද ගතිය ඇති නො වේ. මෙසේ සිදුවන්නේ අරමුණ මත දැඩිව ආයාස කරමින් මෙනෙහි කිරිම, හොඳින් සාවධානව මෙනෙහි කිරීම නම් වූ වීර්‍ය දුර්වල වී සමාධිය අධිකවීම නිසා පහළවන ථීනමිද්ධය යැයි සළකා ගත යුතුය. එවැනි අවස්ථාවල ළඟ ළඟ මෙනෙහි කිරීම සාවධානව මෙනෙහි කිරීම යන ක්‍රම අනුගමනය කිරිමෙන් පස්සද්ධිය , උපේක්‍ෂා, ථීනමිද්ධය යන හේතු නිසා පහළවන මෙම ලිස්සා වැටීම යටපත් කළ හැක්කේය.

4. පස්සද්ධිය

අධික ආයාසය නිසා සිත විසිරී යෑමද, වෙහෙසවී කය දරථ වීම දුරු වී කය හා සිත සන්සිඳී යෑම **පස්සද්ධිය** නම් වේ. මෙම පස්සද්ධිය ද අධික උණුසුම් තැනක සිට සිසිල් තැනකට වහා පිවිස යන්නාක් මෙන් ද, වෙහෙසකර තැනක සිට වහාම ඉස්පාසු තැනකට පත්වන්නාක් මෙන් ද ප්‍රකටව පහළ වේ. මෙම පස්සද්ධිය නිසා සිදුවන විශේෂ කරුණු ඉහතින් දක්වන්නට යෙදුනි. පස්සද්ධිය පහළවී නම් **ලහුතා, මුදුතා, කම්මඤ්ඤතා පාගුඤ්ඤතා, උජුකතා** යන ගුණ ද එකට ම පහළ වේ එම නිසා යෝගීන්ගේ කය- සිත දෙකෙහි බර ගතිය පහ වේ. සැහැල්ලු බවට පත් වේ මෙනෙහිකොට හඳුනාගැනීම ඉතාමත් සැහැල්ලුව යුහුසුළුව සිදු වේ. සිත යොදා බැලුව ද ඒ ඉතා පහසුවෙන් සූරව සිදුවේ. ගමන් කරන විට පාද නැතුවාක් මෙන්ද සැහැල්ලු ලෙස දැනී යන්නේය. හිඳීම්, නිඳිම්, නැවතී සිටිම්, ආදියෙහිදී කය, අතපය, නැත්තාසේ සැහැල්ලු ගති දැනේ. යන්නට සිතුවොත් ඉතා දුර බැහැර තැනකට වුවත් වහා යා හැක්කේ යැයි සිතට දැනේ. ඉතා ඉක්මණින් දිවීමට සිත් ද පහළ විය හැක්කේය. සිතට නිසි පරිදි යෑමට නො හැකිවන ලෙසට සතිය පිහිටුවන්න. කය - සිත ගොරෝසු කර්කශ බව නැතිව ගොස් ඉතාමත් සියුම් බවට පෙරළෙන්නේය. කීකරු කරවා ගැනීම, හසුරුවා ගැනීම දුෂ්කර නො වේ. කැමති කුමණ තැනක හෝ සිත රැඳවිය හැකි වන්නේය. මෙනෙහි කොට බැලීමට කැමති තැනකට කෙලින් ම සිත යොදා මෙනෙහි කිරිම හැකි වේ. රළු පරළු දරුණු පුද්ගලයන්

හමුවීමට කැමති නො වී සැහැල්ලුව සිසිල්ව මෙනෙහි කිරීමට හැකි වන්නේය. මෙනෙහි කොට භාවනා කරන කටයුත්තට සිත කය දෙක විශේෂ වේ. මේ දෙක විශේෂයෙන් කර්මණ්‍ය වේ. පැයක් දෙකක් දිගට වාඩිවී මෙනෙහි කරමින් භාවනා කළත් කැක්කුම්, රත්වීම්, වේදනා, වෙහෙසකර ගතිය නොමැතිව ප්‍රකෘති ලෙස සිටිය හැකි වන්නේය. මෙනෙහි කිරිම කැඩීයෑම, සිත විසිරීයෑම නොමැතිව බොහෝ වේලාවක් මෙනෙහි කරමින් සිටිය හැකි වන්නේය. කය-සිත දෙක ම ඉතා ම බලවත් වේ. කයෙහි පස්සද්ධිය බලවත් වූයේ නම් මෙනෙහි කරන සිත් ප්‍රගුණ කරන ලද බුද්ධ වන්දනා පාඨය "නමො තස්ස භගවතො අරහතො සම්මා සම්බුද්ධස්ස"යයි සජ්ඣායනා කරන විට වැරදි නැතිව ඉතා සුලලිත වන්නාසේ මෙනෙහි කරන මූල කර්මස්ථානය වෙත ක්‍රමාණුකූලව ලඟා වී යෝග්‍ය ලෙස පිහිටවා සිටි. සැලෙන නතරවන අපහසු තත්ත්වයන් නොමැතිව මෙනෙහි කිරිම සීඝ්‍රවේ. නරක දේ වලට සිත යෑම, තම අතපසුවීම් වලට පශ්චාත්තාප වීම, නැතිගුණ හුවා දැක්වීම, ඇත්තා වූ දූර්වල කම් හැඟවීම යන මේවා සම්පූර්ණයෙන් දුරුවේ. සිත පහසුව ඉතාමත් උජු සුජුව ම මුළු ජීවිතය ම සුපරිසිදුව විසීමට කැමති වේ. මේ පස්සද්ධි ආදි ධර්ම හය බලවත්ව තියුණුව පහළවන බැවින් හිඳින සිටින, ගමන් කරන, දිග හරින, නවන, භාවනා කරන යන ඕනෑම අවස්ථාවක කිසිම නරකක් නපුරක් හමුනොවී සැමදා ම පහසුවෙන් සිටීමට සිතේ. කය සිත සන්සිඳීම පහසුවෙන් යුක්ත වීම අනුව ඉඳුම් හිටුම් පහසුව ලබයි. ඉතාමත් සුව එළවන ගතිය සිතට දැනේයි.

[**තත්ථ කායග්ගහණෙන රූප කායස්සාපි ගහණං වෙදිතබ්බං, න (වෙදනාදිකඛන්ධත්තයස්සෙව) කාය පස්සද්ධි ආදෙයො හි රූප කායස්සාපි දරථාදි නිම්මද්දිකාති** යන මේ මහා ටීකා දැක්වීම අනුව රූප කයෙහි සංසිඳීම ආදියෙහි බලවත් කම නිසා වන්නකැයි සළකාගත යුතු.]

5. සුඛ

මෙනෙහි කරන සිත හා සම්ප්‍රයුක්ත ධර්මයන් යන මේවායේ සුවය ඉතාමත් බලවත්ව පහළ වේ. මෙලෙස සිතේ සුඛය නිසා උපදින කායික සුඛය ද බලවත්ව උපදී. එම නිසා බොහෝ කල් පැවති රෝගයන් එම අවස්ථාවෙහි ම සුව වූ ලෙසට දැනේ. තවදුරටත් කල්පනා කළහොත් සතුට ද දිගට ම බලවත්ව පැවැත්විය හැක්කේය. එබැවින් මෙලෙසට තමා

තුළ පහළ වන සැපය සම තත්ත්වයේ සිටින අනෙක් අයට නොකියා සිටිය නො හැකි තත්ත්වයක් ඇතිවේ. මෙම සුඛ, ප්‍රීති, පස්සද්ධිය යන ගුණයන්ගෙන් පිරිපුන් යෝගී තෙම එම අවස්ථාවේ සාමාන්‍ය දිව්‍ය, මනුෂ්‍ය සතුටට- සැපයට වඩා උතුම් විශේෂ සතුටක් සැපයක් විඳී. ලබයි. මෙලෙසට වූ, වන සතුට සැපය සළකා පහත දැක්වෙන ලෙස (ධම්මපද 373 - 374 ගාථා) අට්ඨ කථාචාර්‍යයන් වහන්සේ ගෙනහැර පායි.

සුඤ්ඤාගාරං පවිට්ඨස්ස - සන්ත චිත්තස්ස භික්ඛුනො

අමානුසී රතී හොති සම්මා ධම්මං විපස්සතො.

යතො යතො සම්මසති ඛන්ධානං උදයබ්බයං

ලභතෙ පීති පාමොජ්ජං අමතං තං විජානතං [ධ. ප. 373-374 ගාථා]

සුඤ්ඤාගාරං	=	ශූන්‍යාගාරයකට, නිශ්ශබ්ද තැනකට
පවිට්ඨස්ස	=	ඇතුල් වූ
සන්ත චිත්තස්ස	=	පස්සද්ධි බලයෙන් සිසිල් වූ සංසිඳුනු සිතක් ඇති
ධම්මං	=	රූප-නාම ධර්මයන්
සම්මා විපස්සතො	=	මනාලෙස විපස්සනාවෙන් දැක දැනගන්නා
භික්ඛුනො	=	භික්ෂුවට
වා	=	සංසාර භය දක්නා යෝගීහට
අමානුසී	=	සාමාන්‍ය මනුෂ්‍ය-දේව යන අයගේ සතුට සැපතට වඩා
වා	=	සාමාන්‍ය දිව්‍ය-මනුෂ්‍යයනට පත්විය නොහැකි වූ ළඟාවිය නොහැකි තරම් වූ
රති	=	පස්සද්ධි ආදීන්ගේ පිටුවහල ලත් විපස්සනා පීති - සුඛ යැයි කියන සතුට - සැපත
හොති	=	පහළ වේ.
යතො යතො	=	යම් යම් රූප කොටස් නාම කොටස්
ඛන්ධානං උදයබ්බයං	=	ස්කන්ධ පඤ්චකයෙහි ඇතිවීම් - නැතිවීම්
සම්මසති	=	සම්මර්ශණය කරයි. විමසා බලයි.
තතො තතො	=	එලෙස සම්මර්ශණය කරන්නා වූ රූප කොටස් - නාම කොටස් වල

පිති පාමොජ්ජ	=	බලවත් සතුට නම් වූ ප්‍රීතිය හා සාමාන්‍ය සතුට නම් වූ ප්‍රමෝදය
ලභතෙ	=	ලබයි.

(අච්චිප්පසරං පුබ්බං යන ව්‍යාකරණ සූත්‍රයට අනුව පූජිතබ්බ වූ අර්ථය ඇති බැවින් පීති පදය මුලට යොදා ද්වන්ධ සමය කොට දක්වා ඇත. මෙය වනාහි ධම් පහළවන අනුපිළිවෙල නො වේ. ධම් පහළවන අනුපිළිවෙල අනුව නම් පාමොජ්ජ පදය ඉස්සර විය යුතුය.)

තං	=	එම ප්‍රීතිය ප්‍රමෝදය
විජානතං	=	ඇතිවීම-නැතිවීම දන්නා විපස්සනා යෝගාවචරයාට
අමතං	=	මරණයෙන් තොර වූ නිවනට ඒකාන්තයෙන් පමුණුවන බව ඇති අමෘත වූ නිවන ලබාදේ

(මෙම ගාථා උපරිපණ්ණාස අට්ඨ කතා හි නිරාමිස සුඛ දක්වන තැන විවරණය කොට දක්වා ඇත. එයට ද විෂම නොවන ලෙසට මෙහිලා සුඛයෙහිලා දක්වන ලදි.)

6. අධිමොක්ඛ

මෙනෙහි කරන සිත හා සම්ප්‍රයුක්ත ධම් ඉතා පිරිසිදු කරන ශ්‍රද්ධාව, අධිමොක්ඛ අවස්ථාවෙහි ද ප්‍රකට වේ. බලවත් වූ එම ශ්‍රද්ධාව නිසා මෙනෙහි කරන කරන වාරයේ සිත කෙලෙස් වලින් තොරවනුයේ ඉතාමත් පැහැදිළි වේ. මෙනෙහි නො කර නතර වී සිටින කාලවල ද පිරිසිදුව පැහැදිළිව ම පවතී. ඕභාස, ඤාණ ආදිය නිසාද, මෙම විපස්සනා ශ්‍රද්ධාවේ ශක්තිය නිසාද, කම්ය-කම් ඵලය, ත්‍රිවිධ රත්නයේ අසීමිත ගුණ මත අදහන ශ්‍රද්ධාව ද මෙම අවස්ථාවට බලවත්ව පහළ විය හැක්කේය. එබැවින් තමා ට තවදුරටත් දිගට භාවනා කිරීමට ද බලවත් සිතිවිලි කල්පනා පහළ විය හැක්කේය. අනුන්ට ද ධෛර්‍යමත් කරවන අනුශාසනා කථා කිරීමට සිතිවිලි පහළ විය හැක්කේය. භාවනා කරන සබ්‍රහ්ම චාරීන් වහන්සේලා කෙරෙහි ද බුදු පියාණන් වහන්සේ විශේෂයෙහි ද විශේෂ පැහැදීමක් ඇතිවිය හැක්කේය.

7. පග්ගහ

මෙනෙහි කළ යුතු ඒ ඒ මතුවන රූප - නාමයන් මෙනෙහි කිරීමට විශේෂ වූ ආයාස කිරීමක් ද නැතිව - ආයාස කිරීමක් සම්පූර්ණයෙන් බහා

තබන්නේ ද නැතිව මධ්‍යස්ථ ලෙස නිවැරදිව සමව භාවනා කරන වීර්‍ය්‍යය පග්ගහ නම්වේ. අති සීතල ද නොවූ අති ආරබ්ධ නොවූ මෙම මනසිකාරය ප්‍රකටව ඇතිවේ. එබැවින් යෝගී තෙම එවන් අවස්ථාවල විශේෂ ආයාස නො කර ඉබේට ම මෙන් මනසිකාරය පවතින්නේ යැයි හඟියි.

8. උපට්ඨාන

මතුවන- මතුවන නාම-රූපයන් මෙනෙහි කරන සිතට ඉබේ ම මෙන් පැමිණ වැදගන්නාක් මෙන් ද, මෙනෙහි කරන සිතත් ඉබේ ම මෙන් එම අරමුණු කරා නැමීයන බවක් ද පෙන්වනලෙස ප්‍රකට වන ලෙස ක්‍රියාත්මක සතිය **උපට්ඨාන** නම් වේ. අරමුණ තුළට කිඳා බසින සුළු මෙම සතිය බලවත්ව ප්‍රකටව පහළවීම නිසා ඉතාමත් සියුම් කුඩා නාම - රූප ඉරියව් ද සැඟවී නො යෑමක් - ආවරණය වීමක් නොමැතිව ප්‍රසිද්ධව ඉදිරිපත් වේ. මෙනෙහි කිරීමක අවසානයක් සමග අතරක් නොතබා පහළ වන මෙනෙහි කටයුතු ඊළඟ අරමුණ හා එකට ගැටීමම ප්‍රකටව පෙනේ. (පෙර ඇසූ දුටු, විඳි කල්පනා කළ අරමුණක් වර්තමාන ලෙස මෙනෙහි කළහොත්, එම ක්‍ෂණයෙහි ම ඇස්පනාපිට ඇති දෙයක් සේ විශේෂයෙන් ප්‍රකටවී මතුවී එන්නේය. කෙසේ නමුත් එලෙස කල්පනා කිරීම් නො කළ යුතු)

9. උපෙක්ඛා

යට දක්වූ විපස්සනා උපේක්ෂාව ද එයට පෙරාතුව පහළවන ආවජ්ජනය ද උපෙක්ඛා නම් වේ. පැහැදිළි කිරීමක් කළ හොත්ඃ දැකීම ඇසීම වේවා, මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීමක් වේවා එසේ කරන සිත උපද්දවන ආවර්ජන සිත ප්‍රථමයෙන් පහළ වේ. එම සිත හොඳ දෙයක් කල්පනා කළ හොත් පසු සිත් පෙළද හොඳ පැත්තට ම පහළවේ. එම සිත නරක දෙයක් කල්පනා කළහොත් පසු සිත් පෙළ නරකට ම හැරී පහළ වේ. යෝගාවචරයා වනාහි ඇතිවීමක් -නැතිවීමක් පාසා නාම-රූප මෙනෙහි කොට බලමි යැයි කලින් ම සිත පිහිටුවා සිටී. බොහෝ වාර ගණනක් මෙනෙහි කළහොත් එය පුරුද්දකට ගැම්මකට යන ගතියක් ද ඇතිවේ. මෙම මූලික කරුණු දෙක නිසා ඇතිවන-නැතිවන අවස්ථාවක් පාසා රූප-නාම සියල්ල "ඇතිවේ-නැතිවේ" යැයි ඇති සැටියට ම සළකමින් පවතින ආවර්ජන සිත පළමුවෙන් පහළ වේ. මෙනෙහිකොට දැනගන්නා විපස්සනා ජවන ද මෙලෙස සළකා බලන ආකාරයට ම "ඇතිවෙනවා-

නැතිවෙනවා" යැයි දනිමින් දකිමින් අනුව යමින් පහළ වේ. මෙලෙසට ම සිදුවිය හැකි නමුදු ආදි කම්මික යෝගාවචරයාට භාවනාව තරුණ අවධියේදී උපදින මෙනෙහි කළ යුතු අරමුණ ඍජුව ආවර්ජනා කිරීමට මෙනෙහි කිරීමට නිතර උත්සාහ කළ යුතු වන්නේය. නිතර සොයා බැලිය යුතුවාක් මෙන් වන්නේය. අනෙකුත් අරමුණු අනුව පහළ වන ආවර්ජනා ද බහුලය. සිත මෙනෙහි කළ යුතු අරමුණට යැවීමට වහා තල්ලු කරමින් සිටින්නාක් මෙන් ද වන්නේය. හොඳින් උදයබ්බය ඤාණය වැඩ කරන එම අවස්ථාවේදී විශේෂයෙන් ආයාස කිරීමක්, විශේෂයෙන් අරමුණ සොයා යැමක් නොමැතිව ඉදිරියට මෙනෙහි කරයි. ඒ අතර නිරතුරුව ම වාගේ ඇතිවීම් - නැතිවීම් සිදුවන නාම - රූප කෙළින්ම සලකා බලයි. එම අරමුණට ම වේගයෙන් දිවයන්නාක් සේද වැටහේ. මෙලෙස ඍජුව සළකා බලන්නාක් මෙන් පහළවන ආවර්ජනය **ආවජ්ජනුපෙක්ඛා** නම් වේ. එම ආවර්ජනය ශක්තියෙන් විශේෂ ව්‍යාපාර කිරීමක් නොකර ඇතිවන - නැතිවන ක්ෂණයෙහි එම නාම-රූපයන්ම මෙනෙහි කරමින් කරමින් පහළවන විපස්සනා ඤාණය විපස්සානුපෙක්ඛා නම් වේ. ආයාසයකින් තොරව ඉබේට ම මෙන් සළකා බලමින් මෙනෙහිකොට දන ගනිමින් සිටින්නාක් මෙන් පහළවන මෙම උපෙක්ඛා වර්ග දෙක මෙනෙහි කිරීමක් කිරීමක් පාසා ක්‍රියාත්මක වේ. මෙම දෙක ම මෙතනදී විපස්සනා උපක්ලේශ උපෙක්ෂා යැයි කියනු ලැබේ. මහා ටීකාවෙහි " විපස්සානුපෙක්ඛා යන තැන මූල ධර්ම වශයෙන් තත්‍රමජ්ඣත්තතාව ගැනේ" යැයි දක්වා ඇත. ඤාණ උපක්ලේශ සහ නියම මූලධර්ම වෙන්කර දැක්වීම උදෙසා කර ඇති විග්‍රහයකි ඒ. පටිසම්භිදා මග්ග අට්ඨ කථා එම විග්‍රහය ආචාර්ය වාද වශයෙන් ගෙනහැර දක්වා තමා අගය කරන සකවාදය වශයෙන් මධ්‍යස්ථව ප්‍රීති සමාධිය මෙහිලා දක්වයි. පටිසම්භිදා මග්ග ගාථාවෙහි "විසුද්ධි මග්ගයෙහි දක්වා ඇති ආකාරයට **විපස්සනුපෙක්ඛා** යන තැන ඤාණය ම දක්වා ඇත්තේය. නමුත් සංස්කාරයන් සම්මර්ශණය කරන තැන මධ්‍යස්ථ කෘත්‍ය වශයෙන් ඤාණ උපක්ලේශයෙන් වෙනස්වන නිසා සමහර තැනකට විරුද්ධ නොවේ යැයි අනුශාසනා කරයි. අපිදු ග්‍රන්ථි පද දැක්වීමට කැමැත්තෙමු. එබැවින් ඤාණයම විපස්සනුපෙක්ඛා යැයි අර්ථ දක්වමු.

10. නිකන්ති

ආලෝක - ඕභාෂාදි සමග එකට පහළවී ඉතා විශේෂ වශයෙන් මෙනෙහි කොට දත හැකි විපස්සනා විෂයෙහි ඇලෙන කැමති වන තත්භාව **නිකන්ති** නම් වේ. මෙම ඇලෙන, බැඳෙන බව ඉතාමත් ශුක්ෂමය. එය කෙලේශයන් යැයි නො සිතන තරම්ය. එබැවින් එම ඇලෙන බැඳෙන බවට විශේෂ ධර්මයක් ලෙස ද, විශේෂ ධර්ම සාක්ෂාත් කර ගත් බැවින් භාවනාවෙහි මෙලෙස මනාප බවත් පහළවේදැයි ද සිතාගත හැකි තරම් වන මෙම නිකන්තිය නියම උපක්ලේශයකි. එබැවින් නිකන්ති පහළවීම පමණි. විපස්සනාව වැනසී යා හැක්කේය. මේ නිකන්ති තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් දැඩිව ගෙන බැඳී ගැනීමට හේතුවන බැවින් විපස්සනාව කෙලසී යා හැකි බවට අමුතුවෙන් කිව යුත්තක් නැත.

මේ උපක්ලේශයන් වනාහි මෙනෙහි කොට දැනගන්නා සිත් එක එකක උපදී. දෙකක්, තුනක්, හතරක්, පහක් වශයෙන් බොහොමයක් ද උපදී. නිකන්තිය හැර ඉතිරි උපක්ලේශ නවය එක ම ක්ෂණයක ඉපදිය හැක්කේය. ප්‍රත්‍යවේක්ෂා වශයෙන් ගැනීම වනාහී වෙන වෙන ම උපදී. එබැවින් දක්වන ලද පිළිවෙල "උපක්ලේශ පහළවන පිළිවෙල නොවේ. හුදු දේශනා ක්‍රමය ම අනුව දැක්වීමකැයි "දත යුතු

නවාපි හි උපක්කිලෙසා එකක්ඛණෙපි උප්පජ්ජන්ති. පච්චවෙක්ඛණා පන විසුං හොති [මහා ටී. (බු.) 2/432]

නව අපි	=	නවයක් වන
උපක්කිලෙසා	=	නිකන්තිය හැර ඉතිරි නවය
එකක්ඛණ	=	එකම ක්ෂණයන් තුළ
උප්පජ්ජන්ති	=	පහළවිය හැක්කේය
පච්චවෙක්ඛණා පන	=	ප්‍රත්‍යවේක්ෂා වනාහි
විසුං විසුං	=	වෙන වෙනම පහළවේ.

(මෙහිලා නවාපි "අපි" ශබ්දය මගින් උපක්ලේශ අටක්, හතක්, හයක් ආදිලෙසට ද පහළවිය, හැකි බව පොදුවේ දක්වයි. '**එකක්ඛණෙපි** ' හි "අපි" ශබ්දය මගින් ඒකක්ෂණයකට නොවී වෙන වෙන ක්ෂණයන්හිදු පහළ විය හැකි බව පොදුවේ දක්වයි.)

පෙර නොතිබුණ තරම් විශේෂ වූ ආලෝක, ඤාණ, ප්‍රීති ආදී වූ මේවා විශේෂ ධර්ම අවබෝධ ලෙසටත්, විශේෂ අධිගමනයක් නිසා මෙලෙස විශේෂ තත්ත්ව පහළවන ලෙසටත්, දැඩිලෙස පිළිගන්නා යෝගීන් මෙනෙහි කොට භාවනා කිරීම නම් වූ මග ඉක්මවා නොමග යන්නේය. ඉහළ ඤාණ, විශේෂ අධිගම ලබාගැනීම පිණිස වීර්‍යයෙන් භාවනා නොකිරීම ද, පහළ වූ ආලෝක ආදියට මත ආසාවී බැඳීගෙන නැවත නැවත කල්පනාවට වැටී සිටීම ද විය හැක්කේය. එම ආලෝක ආදිය තුළ එක එකක බැඳීගෙන ඇලීගෙන සිටීමෙන් තණ්හාව වැඩේ. "මම පමණක් මෙලෙස විශේෂ තත්ත්වයකට පත්වී ඇත. මම අනිත් අයට වඩා උතුම් යැ"යි ඉහළින් කල්පනා කරන්නට ගිය හොත් මානය දැඩිවේ. "මම බැබලෙන්නේය. මෙම බැබලීම මමයි. මගේ ආලෝකය මට අයිති යැයි" මෙලෙස ගමන් ගෙන බැඳී ගතහොත් දෘෂ්ටි ග්‍රහණය වැඩිවේ. මෙලෙස උපක්ලේශ එක එකක ග්‍රහණය දැඩිව ගැනීම සිදුවිය හැකිය. එකතුව උපක්ලේශ දහය මත මෙලෙස දැඩිව අල්ලා ගැනීම් තිහක් (30) විය හැක්කේය. එක එක වස්තුවක් මත තුන තුන බැගින් උපක්ලේෂ දහයෙහි සියල්ල තිහක එකතුව

[වි. ම. 478]

එතථව ඕභාසාදයො උපක්කිලෙස වත්‍ථුතාය උපක්කිලෙසාති වුත්තා න අකුසලත්තා නිකන්ති පන උපක්කිලෙසො චෙව උපක්කිලෙස වත්‍ථුච වත්‍ථු වසෙන චෙතෙ දස, ගාහ වසෙන පන සමතිංස හොන්ති

එතථව	=	මෙම උපක්ලේශ
ඕභාසාදයො	=	ඕභාස මුල් කොට උපෙක්ෂාව අවසන් කොට ඇති උපක්ලේශ නවය
උපක්කිලෙස වත්‍ථුතාය	=	තණ්හා, මාන, දිට්ඨි යන ක්ලේශයන්ට වාසස්ථානය පාදස්ථානය වන බැවින්ම
උපක්කිලෙසාති වුත්තා	=	උපක්ලේශ යැයි කියා ඇත
න අකුසලත්තා	=	මේවා අකුසල් වන බැවින් එසේ කියනවා නොවේ
නිකන්ති පන	=	නිකන්තිය වනාහි
උපක්කිලෙසා චෙව	=	උපක්කිලේශයක් මෙන්ම

උපක්කිලෙස වත්‍ථු ච	=	උපක්ලේශයන්ට පාදක වන බව ද සැබෑය
ච	=	දිගට විස්තර කළහොත්
එතෙ	=	මෙම උපක්ලේශයන්
වත්‍ථු වසෙන වෙතෙ	=	ඕභාස ආදී පාදක වස්තු වශයෙන් නම්
දස	=	දහයක් වන්නේය
ගාහ වසෙන පන	=	දැඩි ග්‍රහණ වශයෙන් වියහැකි තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් නම්
සමතිංස හොන්ති	=	තිසෙක් වෙත්.

මෙම අට්ඨ කථාවට අනුව මෙම අර්ථය සිත තබාගත යුතුය. මූල ඕභාස සහ අග උපේක්ෂා යන උපක්ලේශ වස්තු නමය තණ්හා, මාන, දිට්ඨි වශයෙන් දැඩිව ගෙන ඒවායේ නිමග්න වුවහොත් ඒවා උපක්ලේශ නම් වේ. එලෙස දැඩිව බදා නො ගත්තොත් උපක්ලේශ නම් නොවේ. එබැවින් භංග ඤාණ, සංඛාරුපෙක්ඛා ඤාණ දක්වන තැන්වල ප්‍රකටව පහළවන සතිය ආදී බොජ්ඣංග ධර්මයෝ ද එම බොජ්ඣංග හා බැඳී පහළවන සුඛ සද්ධා ආදිය ද උපක්ලේශ යැයි නම් කළ යුතු නැත. තවදුරටත් ආර්යන් වහන්සේලාට, භාවනා ආරම්භයේදී ම උදයබ්බය ඤාණය පහළවන අවස්ථාවේ ඉදිරිපත් වන ආලෝකය ද, උපක්ලේශයක් ලෙස ගණන් ගත යුතු නැති බව සිත තබාගත යුතුය.

ආචාර්‍යයන් වහන්සේ සමීපයෙ මනාකොට ක්‍රමය ප්‍රගුණ කළ යෝගාවචරයා වනාහි එම ඕභාස - ඤාණ - ප්‍රීති ආදිය පහළ වී නම් "ආචාර්‍යයන් වහන්සේ කියන ලද විපස්සනාවට උපක්ලේශ වස්තුවක්, අනතුරක් මට පහළ විය. මේවා විශේෂ අධිගම නොවේ. විශේෂ අධිගමයක් නිසා පහළ වූ ගුණයක් නො වේ. ආලෝක ඕභාස ආදිය පෙර නො තිබී දැන්ම අළුතින් පහළ වූවාක් නිසා නිත්‍ය නැත. දුකක්ය. තමා වසයෙහි පැවැත්විය හැක්කක් නො වේ. මෙනෙහි කොට බැලිය යුතු තවත් අරමුණක් පමණි. පහළවන පහළවන අවස්ථාවෙහි මෙනෙහි කරමින් මෙනෙහි කරමින් බැලීම ම ඉහළ ඤාණ විශේෂ ඤාණ ළඟා කරගැනීමට ඇති නියම විපස්සනා මාර්ගය වන්නේ" යැයි සළකා බලා තීරණයකට එළඹෙන්නේ නම් මතුවන මතුවන වාරයේ රූප - නාම ධර්ම සියල්ල මෙනෙහිකොට

බැලීම සඳහා භාවනා කරමින් සිටි. ඕභාස-ඤාණ-ප්‍රීති ආදිය ගරුකොට බැලීමක් නැත. ගරුකොට සිතා ගැනීමක් නැත. මෙලෙස මෙනෙහි කොට බැලීම ම ගරු කොට දිගට ම බලමින් සිටින්නා හට නාම-රූපයන්ගේ ඇතිවීම -නැතිවීම විශේෂයෙන් පිරිසිදුව පැහැදිළිව ප්‍රකට වේ. පහළ වී එය ම නැවත නැතිවී යාම නම් වූ අනිත්‍ය ලක්ෂණය, ඇතිවීම - නැතිවීම දෙකින් අතරක් නැතිව පෙළෙන බව නම් වන දුක්ඛ ලක්ෂණය, තමා කැමති පරිදි නො පවතින නම් වන අනාත්ත ලක්ෂණය යන මේ ලක්ෂණ තුනද විශේෂ විසද භාවයකින්, පිරිසිදු භාවයකින් යුක්තව ප්‍රකට වේ. එවිට මෙනෙහි කරන මෙනෙහි කරන වාරයේ ඇතිවීම - නැතිවීම පිරිසිදුව නිරවුල්ව දැක දැන ගන්නා බව අනුව පහළවන ඤාණය කෙලෙසෙන සුළු උපක්ලේශයක් කෙරෙන් දුරුවූ උදයබ්බය ඤාණය නම් වේ.

මග්ගා මග්ග ඤාණ දස්සන විසුද්ධිය

මෙලෙස මෙනෙහි කිරීමේදී "ඕභාස ආදිය ද ආර්‍ය මාර්ගය නොවේ. එම ආලෝක = ඕභාස ආදි ගැන සිතීම, සළකා බැලීම නියම විපස්සනා මාර්ගය ද නොවේ. ඒවාට ගරු නො කොට මතුවන තාක් රූප- නාම අඛන්ඩව මෙනෙහිකර බැලීම නියම විපස්සනා මාර්ගය වන්නේ යැයි සළකා බලා විනිශ්චයකට එලඹෙන ඤාණය මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විසුද්ධිය නම් වේ."

උදයබ්බය ඤාණ හා මග්ගාමග්ග ඤාණ දස්සන විසුද්ධිය නිමියේ යැ.

ලිහිර